

## MENU COMIDA Y CENA / DESAYUNO Y MERIENDA

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMIDA 1	1º	FIDEOS	PIMIENTO RELLENO	FABADA	SOPA DE VERDURA	ESTOFADO	ESPENCAO DE BERENJENA PIMIENTO ASADO	RUSA (50%) + RUEDA QUESOS (50%)
	2º	PUCHERO	ALBONDIGAS BACALAO + ENSALADA COMPLETA	TORTILLA DE PATATA Y VERDURAS	POLLO AL CHILINDRÓN	MERLUZA EMPANADA CON ESPINACAS	ARROZ A LA CUBANA	LENTEJAS
	P	FRUTA	NATILLAS	FRUTA	FRUTA	CUAJADA	FRUTA	FLAN
CENA 1	1º	HERVIDO	CREMA DE ESPÁRRAGOS	HERVIDO CON COLIFLOR	JUDIAS CON JAMÓN	HERVIDO CON BROCOLI	SOPA DE PESCADO	PURE DE VERDURAS
	2º	PASTEL DE BERENJENA	SUPREMA DE SALMON + GR.	MUSLO DE POLLO CON CEBOLLA+CHAMPIÑONES	EMPERADOR /BONITO +SALTEADO	REDONDO POLLO/ PAVO	TORTILLA DE PATATAS Y VERDURAS	BERENJENA RELLENA 2 MITADES
	P	YOGURT	FRUTA	YOGUR	MANZ. ASADA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
COMIDA 2	1º	MACARRONES	PARRILLADA DE VERDURA	POTAJE GARBANZOS	SOPA DE CEBOLLA	GAZPACHO MANCHEGO	SOPA DE FIDEOS	FIDEUA
	2º	LOMO CON VERDURAS GRATINADAS	PATATAS MARINERA	MERO + GUARNICION	JAMONCITOS CON PATATAS	CHISPA MELUZA+ ALB. BACALAO	CARRILLADA EN SALSA	ENSALADA MURCIANA
	P	FRUTA	NATILLAS	FRUTA	MANZ. ASADA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
CENA 2	1º	REVUELTO CALABACIN	CREMA ZANAHORIA	SOPA DE VERDURAS	PURE DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	CREMA DE CALABACIN	HERVIDO CON COLIFLOR
	2º	EMPERADOR + GR.	TORTILLA FRANCESA +TOMATE NAT +QUESO	TERNERA EN SALSA	ALBONDIGAS (5)	TORTILLA DE ESPINACAS	MERO +JUDIAS SALTEADAS	BERENJENA RELLENA
	P	YOGUR	FRUTA	YOGUR	FRUTA	YOGUR	ALMIBAR	CUAJADA
COMIDA 3	1º	OLLETA	FIDEOS	GUISADO CARNE	LENTEJAS	ARROZ A LA CUBANA	CREMA DE PUERROS	RUSA (50%)/ ENTREMESES (50%)
	2º	RUSA(50%)/ ENTREMESES (50%)	PUCHERO	VARITAS MERLUZA + ENSALADILLA	BERENJENA RELLENA	ALBONDIGAS (3) + VERDURAS	POLLO AL CHILINDRÓN	PAELLA MIXTA
	P	YOGURT	NATILLAS	FRUTA	PERA AL VINO	FRUTA	FRUTA	FLAN
CENA 3	1º	HERVIDO CON BROCOLI	PURE VERDURAS	HERVIDO CON COLES DE BRUSELAS Y ZANAHORIA	CREMA DE CALABACÍN	ESPINACAS CON AJETES	SOPA DE PESCADO	REVUELTO DE CALABACÍN
	2º	TORTILLA GAMBAS Y AJOS TIERNOS	MERO AL HORNO + GUAR.	LOMO CON VERDURAS CONFITADAS	TILAPIA CON REVUELTO DE VERDURAS	HAMBURGUESA DE POLLO+ PATATAS GRATINADAS	TORTILLA DE PATATAS Y VERDURAS	JAMONCITOS CON CHAMPI Y CEBOLLA
	P	YOGUR	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	MANZ. ASADA	FRUTA

Las cantidades de cada ración oscilan entre los 300-400grs para los primeros platos y los 150-250grs para los segundos (excepto panaché de fiambres). Están supervisados por profesionales de la nutrición.