

MENU BASAL 2021

		LUNES 31 MAYO	MARTES 1 JUNIO	MIÉRCOLES 2 JUNIO	JUEVES 3 JUNIO	VIERNES 4 JUNIO	SABADO 5 JUNIO	DOMINGO 6 JUNIO		
SEMANA 1	COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
		13:00-15:00	1º	Cocido de guisantes con taquitos de jamón	Arroz con costillas	Patatas guisadas con calamares	Lentejas estofadas	Guiso de repollo	Pote Asturiano	Fideuà de pescado
		2º	Lacón con cachelos	Bacalao al horno con pisto de verduras	Pollo Asado con Pimientos	Albondigas de carne en salsa de tomate y verduras	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la plancha con limón y Ensalada	Ternera asada con guisantes	
	17:00	MERIENDA								
	CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de lluvia	Sopa de ajo y pan	Crema de verduras	Sopa de arroz	Crema de maicena	Sopa de estrellas	Crema de puerro y zanahoria
		2º	Tortilla de patata y cebolla con ensalada tomate	Sándwich mixto con ensalada verde	Salchichas con pisto	Pescado fresco con guarnición	Lomo sajonia con champiñones	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de tomate	Rabas con pimientos asados y ensalada verde	
postre		Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta		
		LUNES 7 JUNIO	MARTES 8 JUNIO	MIÉRCOLES 9 JUNIO	JUEVES 10 JUNIO	VIERNES 11 JUNIO	SABADO 12 JUNIO	DOMINGO 13 JUNIO		
SEMANA 2	COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
		13:00-15:00	1º	Sopa de cocido	Patatas guisadas	Lentejas estofadas	Menestra de verduras con carne	Macarrones gratinados con atún	Cocido de fréjoles	Paella de marisco
		2º	Cocido de garbanzos	Codillo guisado con judias verdes salteadas	Tortilla de patata y chorizo con ensalada tomate	Albóndigas de merluza en salsa y patatas fritas	Pollo asado con zanahoria	Conejo guisado ensaladilla de verduras	Halibut a la Romana con verduras	
	17:00	MERIENDA								
	CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de arroz	Crema de calabacin	Sopa de lluvia	Crema de calabaza	Sopa de fideos	Crema de verduras	Sopa de estrellas
		2º	Huevos con bonito y bechamel y ensalada verde	Fiambre de lomo con Pimientos	Pescado fresco con guarnición	Sandwich mixto con ensalada tomate	Merluza a la romana con limón, mayonesa y tomate	Tortilla de queso con ensalada verde	Pollo al ajillo con patatas fritas y ensalada de tomate	
postre		Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Fruta		
		LUNES 14 JUNIO	MARTES 15 JUNIO	MIÉRCOLES 16 JUNIO	JUEVES 17 JUNIO	VIERNES 18 JUNIO	SABADO 19 JUNIO	DOMINGO 20 JUNIO		
SEMANA 3	COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
		13:00-15:00	1º	Lentejas estofadas	Cocido de fréjoles	Canelones de carne	Porrusalda de Bacalao	Coliflor con bechamel gratinada	Garbanzos con espinacas	Pote Asturiano
		2º	Rotti de Pavo en Salsa Verduritas	Huevos con picadillo y patatas fritas	Lomo adobado con champiñones	Tortilla de patata y cebolla y ensalada verde	Muslo de Pollo con Pimientos	Lomo adobado, patatas fritas y ensalada de tomate	Carrilleras al vino con ensalada verde	
	17:00	MERIENDA								
	CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de pan y ajo	Crema de calabaza	Sopa de arroz	Crema de verduras	Sopa de marisco	Crema de calabacin	Sopa de fideos
		2º	Salchichas con pisto de verduras	Palometa y ensalada de tomate	Albóndigas de merluza en salsa con salteado de verduras	San Jacobo de jamón y queso con ensalada de Tomate	Pescado fresco con guarnición	Pollo encebollado con zanahoria	Bacalao al horno con pisto	
postre		Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Fruta		
		LUNES 21 JUNIO	MARTES 22 JUNIO	MIÉRCOLES 23 JUNIO	JUEVES 24 JUNIO	VIERNES 25 JUNIO	SÁBADO 26 JUNIO	DOMINGO 27 JUNIO		
SEMANA 4	COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
		13:00-15:00	1º	Patatas guisadas con costilla	Cocido Guisantes	Guiso Repollo	Menestra de verduras con jamón	Lentejas estofadas	Fabada asturiana	Mamitako
		2º	Halibut a la Romana Menestra	Tortilla patata y cebolla con ensalada verde	Pollo al Horno con judias salteadas	Bacalao al Horno con Tomate Verduritas	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con guisantes	Carrilleras al vino y ensaladilla de verduras	
	17:00	MERIENDA								
	CENA	20:00-22:00	1º	Fideos "coloraos"	Crema de patata y zanahoria	Sopa de pescado	Crema de calabacin	Sopa de ajo y pan	Crema de verduras con huevo cocido troceado	Sopa de fideos
		2º	Sardinillas Vinagreta con cachelos y tomate	Ternera guisada con pimientos	Albóndigas de carne en salsa de tomate y pure de patata	Rabas con pimientos asados	Pescado fresco con guarnición	Pizza con ensalada tomate	Revuelto de york con verduras	
postre		Yogur desnatado variado	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta		
		LUNES 28 JUNIO	MARTES 29 JUNIO	MIÉRCOLES 30 JUNIO	JUEVES 1 JULIO	VIERNES 2 JULIO	SÁBADO 3 JULIO	DOMINGO 4 JULIO		
SEMANA 5	COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
		13:00-15:00	1º	Cocido de Fréjoles	Patatas guisadas con guisantes pimiento rojo, pimiento verde y zanahoria	Macarrones gratinados con atún	Coliflor con jamón	Moros y Cristianos	Menestra de verduras con carne	Paella mixta
		2º	Huevos con Pisto Patatas Fritas	Lomo Sajonia con pimiento asado	Conejo guisado con ensalada lechuga	Callos guisados con patatas fritas	Pollo al Ajillo con Patatas Fritas Ensalada verde	Lomo adobado con champiñones	Merluza a la romana con salteado de verduras	
	17:00	MERIENDA								
	CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de estrellas	Crema de verduras	Sopa de lluvia	Crema de puerro y zanahoria	Sopa de ajo y pan	Sopa de fideos	Crema de Calabaza
		2º	Rotti de pavo en salsa con espárragos	Palometa Ensalada de Tomate	Fiambre de lomo a la plancha con patatas fritas ensalada de tomate	Albóndigas de merluza en salsa con ensalada verde	Mero/perca con brócoli	Pescado fresco con guarnición	Pollo Guisado con Zanahoria Baby	
postre		Yogur desbatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Fruta		