

MENÚ BASAL 2021

		LUNES 26 ABRIL	MARTES 27 ABRIL	MIÉRCOLES 28 ABRIL	JUEVES 29 ABRIL	VIERNES 30 ABRIL	SABADO 1 MAYO	DOMINGO 2 MAYO		
SEMANA 1	8:00-10:30	DESAYUNO								
	COMIDA	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	Fideuá 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 verduritas	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la plancha con limón y Ensalada	Ternera asada con guisantes	
		postre	Yogur desnatado variado	Fruta	Natillas de vainilla	Fruta	Gelatina	Macedonia/ cocktail en almíbar	Tarta Selva Negra	
	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 3 MAYO	MARTES 4 MAYO	MIÉRCOLES 5 MAYO	JUEVES 6 MAYO	VIERNES 7 MAYO	SABADO 8 MAYO	DOMINGO 9 MAYO	
	SEMANA 2	8:00-10:30	DESAYUNO							
COMIDA		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 judías 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 verduritas	
		postre	Fruta	Compota de fruta	Fruta	Flan de vainilla	Manzana asada	Yogur desnatado variado	Helado	
17:00		MERIENDA								
CENA		20:00-22:00	1º	Sopa de arroz	Crema de calabacín	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 ensalda 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 10 MAYO	MARTES 11 MAYO	MIÉRCOLES 12 MAYO	JUEVES 13 MAYO	VIERNES 14 MAYO	SABADO 15 MAYO	DOMINGO 16 MAYO		
SEMANA 3		8:00-10:30	DESAYUNO							
	COMIDA	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	
		postre	Fruta	Yogur desnatado	Gelatina	Piña en su jugo	Natillas de chocolate	Copa de chocolate y nata	Manzana asada	
	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 calabacín	Sopa de fideos
		2º	Salchichas con pisto de verduras	Palometa y ensaada 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 17 MAYO	MARTES 18 MAYO	MIÉRCOLES 19 MAYO	JUEVES 20 MAYO	VIERNES 21 MAYO	SÁBADO 22 MAYO	DOMINGO 23 MAYO	

SEMANA 4

		8:00-10:30	DESAYUNO						
COMIDA	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 judías 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
		postre	Fruta	Natillas de vainilla	Compota de frutas	Fruta	Yogur desnatado variado	Tarta San Marcos	Fruta
		17:00	MERIENDA						
CENA	20:00-22:00	1º	Fideos "coloraos"	Crema de patata y zanahoria	Sopa de pescado	Crema de calabacín	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 verduritas
		postre	Yogur desnatado variado	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta	Yogur desnatado variado	Fruta

SEMANA 5

		LUNES 24 MAYO		MARTES 25 MAYO		MIÉRCOLES 26 MAYO		JUEVES 27 MAYO		VIERNES 28 MAYO		SÁBADO 29 MAYO		DOMINGO 30 MAYO	
		8:00-10:30	DESAYUNO												
COMIDA	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						
		postre	Compota de Fruta	Yogur desnatado variado	Flan de vainilla	Yogur desnatado variado	Compota de fruta	Queso fresco con membrillo	Peras al vino						
		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						