

**RESIDENCIA SPA FELECHOSA/MONTEPIÓ  MENÚ BASAL 2021 **

**LUNES 7 MARZO    MARTES 8 MARZO    MIÉRCOLES 9 MARZO    JUEVES 10 MARZO    VIERNES 11 MARZO    SÁBADO 12 MARZO    DOMINGO 13 MARZO**

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	Fideua de marisco
		2º	Lacón con cachelos	Bacalao al horno con pisto de verduras	Muslos de pollo asado con pimientos morrones	Albondigas de carne en salsa de tomate y salteado de verduras	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con limón y mayonesa y ensalada verde	Ternera asada con guisantes
postre	Yogur desnatado variado	Compota casera de pera	Natillas de vainilla	Fruta	Compota casera de manzana	Macedoni en almíbar	Tarta Selva Negra		
CENA	17:00	MERIENDA							
	20:00-22:00	1º	Sopa de lluvia	Sopa de ajo y pan	Crema de verduras	Arroz al trote	Crema de maicena	Sopa de estrellas	Crema de puerro y zanahoria
		2º	Huevos con bechamel y bonito con ensalada verde	Sándwich mixto con ensalada verde	Lomo de sajonia con champiñones	Pescado fresco en salsa con espárragos y pimientos morrones	Muslos de pollo al horno con judías salteadas	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de tomate	Rabas con pimientos asados y 1/2 ensalada verde
postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta		

**LUNES 14 MARZO    MARTES 15 MARZO    MIÉRCOLES 16 MARZO    JUEVES 17 MARZO    VIERNES 18 MARZO    SÁBADO 19 MARZO    DOMINGO 20 MARZO**

SEMANA 2

COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
	13:00-15:00	1º	Sopa de cocido	Moros y Cristianos	Lentejas estofadas	Menestra de verduras con carne	Macarrones con picadillo	Cocido de fréjoles	Paella de marisco
		2º	Cocido de garbanzos	Codillo guisado con judías verdes salteadas	Tortilla de patata y chorizo y ensalada verde	Albondigas de pescado en salsa y patatas cocidas	Muslos de pollo asado con zanahoria baby	Conejo guisado y ensaladilla de verduras	Merluza a la gallega con verduras
postre	Fruta	Compota casera de manzana	Fruta	Yogur	Compota casera de pera	Flan de vainilla	Helado		
CENA	17:00	MERIENDA							
	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 rellenos con pisto y patata	Halibut a la romana con mayonesa y ensalada de tomate	Pechuga de pollo empanada con patatas fritas	Sandwich mixto con ensalada tomate	Pescado fresco con refrito y brocoli salteado	Revuelto de jamón york con ensalada verde	Lomo a la plancha con pimientos morrones
postre	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur		

**LUNES 21 MARZO    MARTES 22 MARZO    MIÉRCOLES 23 MARZO    JUEVES 24 MARZO    VIERNES 25 MARZO    SÁBADO 26 MARZO    DOMINGO 27 MARZO**

SEMANA 3

COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
	13:00-15:00	1º	Lentejas estofadas	Cocido de fréjoles	Canelones de carne con tomate y bechamel	Porrullada de Bacalao	Moros y Cristianos	Garbanzos con espinacas	Pote asturiano
		2º	Rottí de Pavo en Salsa Verduritas	Huevos con picadillo y patatas fritas	Muslo de pollo asado con pimientos morrones	Tortilla de patata y cebolla con ensalada verde	Palometa a la plancha con ensalada de tomate	Lomo adobado a la plancha, patatas fritas y 1/2 ensalada de tomate	Carrilleras al vino con ensalada verde
postre	Fruta	Compota casera de manzana	Fruta	Natillas de chocolate	Compota casera de manzana	Piña en almíbar	Copa de chocolate con nata		
CENA	17:00	MERIENDA							
	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	Sanjacobo con ensaladilla de verduras	Bacalao al horno con pisto de verduras	Albondigas de merluza en salsa con salteado de verduras	Longaniza con pisto de verduras	Pechuga de pollo encbollada con zanahoria	Pescado fresco con patatas panaderas a la gallega	Palitos ( fingers ) de pollo con champiñones salteados
postre	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta		

**LUNES 28 MARZO    MARTES 29 MARZO    MIÉRCOLES 30 MARZO    JUEVES 31 MARZO    VIERNES 1 ABRIL    SÁBADO 2 ABRIL    DOMINGO 3 ABRIL**

SEMANA 4

COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
	13:00-15:00	1º	Arroz a la cubana	Cocido Guisantes con jamón	Guiso Repollo	Menestra de verduras con jamón	Lentejas estofadas	Fabada asturiana	Mamitako de bonito
		2º	Caella con mahonesa y limón	Tortilla de patata y queso con ensalada verde	Pollo al Horno con judías salteadas	Pescado fresco con refrito y espárragos y pimientos morrones	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con guisantes salteados y mahonesa	Carrilleras al vino y ensaladilla de verduras
postre	Fruta	Compota casera de pera	Fruta	Fruta	Compota casera de manzana	Natillas de vainilla	Tarta de San Marcos		
CENA	17:00	MERIENDA							
	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	Sopa de fideos
		2º	Ternera guisada con pimientos morrones	Sardinias patata vinagreta y 1/2 tomate	Albondigas de ternera en salsa de tomate y puré de patata	Pizza casera con ensalada de tomate	Muslos de pollo asado con zanahoria baby	Revuelto de jamón york con salteado de verduras	Rabas con pimientos asados
postre	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta		

**LUNES 4 ABRIL    MARTES 5 ABRIL    MIÉRCOLES 6 DE ABRIL    JUEVES 7 ABRIL    VIERNES 8 ABRIL    SÁBADO 9 ABRIL    DOMINGO 10 ABRIL**

SEMANA 5

COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO							
	13:00-15:00	1º	Sopa de cocido	Lentejas estofadas	Patatas guisadas con carne	Coliflor con jamón	Moros y cristianos	Menestra de verduras con carne	Paella de marisco
		2º	Cocido de garbanzos	Huevos con pisto y patata panadera	Muslo de pollo asado con ensalada verde	Callos guisados y patatas fritas	Muslos de pollo guisados con judías verdes salteadas	Conejo guisado y ensalada verde	Palometa a la plancha con ensalada de tomate
postre	Yogur	Compota casera de pera	Fruta	Yogur	Compota casera de manzana	Queso fresco con membrillo	Mousse de yogur		
CENA	17:00	MERIENDA							
	20:00-22:00	1º	Crema de verduras	Sopa de estrellas	Crema de puerro y zanahoria	Sopa de Lluvia	Sopa de ajo y pan	Crema de verduras	Sopa de fideos
		2º	Roti de pavo en salsa con espárragos	Lomo de sajonia con pimiento asado	Albondigas de pescado con brocoli salteado	Tortilla de patata y cebolla y lechuga	Pescado fresco a la gallega con patatas panaderas	Lomo a la plancha con patatas fritas	Palitos de pollo ( fingers ) con champiñones salteados
postre	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta	Flan de vainilla	Fruta	Fruta		