

# RESIDENCIA SPA FELECHOSA/MONTEPEÍO • MENÚ BASAL 2022•

SEMANA 1

		LUNES 25 JULIO	MARTES 26 JULIO	MIÉRCOLES 27 JULIO	JUEVES 28 JULIO	VIERNES 29 JULIO	SÁBADO 30 JULIO	DOMINGO 31 JULIO
COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO						
	13:00-15:00	1ª Cocado de guisantes con taquitos de jamón	Arroz tres delicias	Ensaladilla rusa	Lentejas estofadas	Guiso de repollo	Ensalada campera	Fideua de marisco
	2ª	Lacón con cachelos	Pechuga de pollo empanada con judías verdes salteadas	Bacalao al horno con pisto de verduras	Albondigas en salsa con salteado de verduras	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con limón y mayonesa y ensalada verde	Ternera guisada con guisantes
	postre	Yogur	Fruta	Flan de vainilla	Fruta	Natillas de vainilla	Helado	Arroz con leche
CENA	17:00	MERIENDA						
	20:00-22:00	1ª Sopa de lluvia	Sopa de marisco	Crema de verduras	Sopa de letras	Crema de maicena	Sopa de estrellas	Paté de cabracho
	2ª	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	Pollo asado con pimientos morrones	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de tomate	Croquetas y rabas con pimientos asados
	postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

SEMANA 2

		LUNES 1 AGOSTO	MARTES 2 AGOSTO	MIÉRCOLES 3 AGOSTO	JUEVES 4 AGOSTO	VIERNES 5 AGOSTO	SÁBADO 6 AGOSTO	DOMINGO 7 AGOSTO
COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO						
	13:00-15:00	1ª Sopa de cocido	Macarrones con picadillo gratinados	Lentejas estofadas	Ensalada de judías verdes	Ensalada de pasta	Menestra de verduras con carne	Paella de marisco
	2ª	Cocado de garbanzos	Codillo guisado con judías verdes salteadas	Tortilla de patata y chorizo y ensalada verde	Albondigas de pescado en salsa y patatas cocidas	Pollo asado con zanahoria baby	Conejo guisado y ensaladilla de verduras	Merluza a la gallega con salteado de verduras
	postre	Fruta	Macedonia en almibar	Fruta	Yogur	Fruta	Helado	Flan de Queso
CENA	17:00	MERIENDA						
	20:00-22:00	1ª Sopa de letras	Crema de calabacín	Sopa de lluvia	Crema de calabaza	Sopa de fideos	Crema de verduras	Sopa de estrellas
	2ª	Huevos rellenos con pisto y patata	Merluza empanada con mahonesa y ensalada de tomate	Pechuga de pollo empanada con macedonia de verduras	Sandwich mixto con ensalada tomate	Pescado fresco con refrito y brocoli salteado	Pizza con ensalada verde	Empanada de bonito con ensalada tomate
	postre	Yogur	Fruta	Natillas de chocolate	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur

SEMANA 3

		LUNES 8 AGOSTO	MARTES 9 AGOSTO	MIÉRCOLES 10 AGOSTO	JUEVES 11 AGOSTO	VIERNES 12 AGOSTO	SÁBADO 13 AGOSTO	DOMINGO 14 AGOSTO
COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO						
	13:00-15:00	1ª Lentejas estofadas	Ensalada de judías verdes	Ensalada de pasta	Porrusalda de Bacalao	Ensaladilla rusa	Garbanzos con espinacas	Fideua de pescado
	2ª	Muslo de pollo con salteado de verduras	Huevos con picadillo y patatas fritas	Roti de pavo en salsa con pimientos morrones	Tortilla de patata y cebolla con ensalada verde	Medallones de salmón y calabaza con ensalada de tomate	Pescado fresco a la gallega con patatas panaderas	Carrilleras al vino con ensalada verde
	postre	Fruta	Yogur	Flan de vainilla	Fruta	Natillas de vainilla	Helado	Tarta de San Marcos
CENA	17:00	MERIENDA						
	20:00-22:00	1ª Sopa de letras	Crema de calabaza	Sopa de arroz	Crema de verduras	Sopa de ajo y pan	Crema de calabacín	Sopa de fideos
	2ª	Sanjacobo con ensaladilla de verduras	Bacalao al horno con pisto	Albondigas de merluza en salsa con salteado de verduras	Longaniza/criollo con pisto de verduras	Escalopines en salsa de queso con patatas fritas	Hamburguesa casera en salsa con macedonia de verduras	Fingers de pollo con champiñones salteados
	postre	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta

SEMANA 4

		LUNES 15 AGOSTO	MARTES 16 AGOSTO	MIÉRCOLES 17 AGOSTO	JUEVES 18 AGOSTO	VIERNES 19 AGOSTO	SÁBADO 20 AGOSTO	DOMINGO 21 AGOSTO
COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO						
	13:00-15:00	1ª Ensalada de pasta	Cocado Guisantes con jamón	Ensalada de judías verdes	Menestra de verduras con jamón	Arroz tres delicias	Fabada asturiana	Ensaladilla rusa
	2ª	Merluza con mahonesa / limón y ensalada de tomate	Pechuga de pollo empanada con Ensalada verde	Tortilla de patata y queso con ensalada verde	Truchas con jamón y ensalada de tomate	Huevos mimosa con lechuga	Merluza a la romana con guisantes salteados y mahonesa	Carrilleras al vino y ensaladilla de verduras
	postre	Fruta	Natilla de chocolatae	Yogur	Helado	Yogur /pera en compota o asada	Flan de vainilla	Copa de nata y chocolate
CENA	17:00	MERIENDA						
	20:00-22:00	1ª Fideos "coloraos"	Crema de patata y zanahoria	Sopa de pescado	Crema de calabacín	Sopa de letras	Crema de verduras	Sopa de fideos
	2ª	Ternera guisada con pimientos morrones	Sardinas con patata a la vinagreta y 1/2 ensalada de tomate	Albondigas de ternera en salsa con puré de patata	Pizza con ensalada verde	Pollo asado con zanahoria baby	Flamenquín de jamón con ensalada de tomate	Rabas de calamár con pimientos asados
	postre	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta

SEMANA 5

		LUNES 22 AGOSTO	MARTES 23 AGOSTO	MIÉRCOLES 24 AGOSTO	JUEVES 25 AGOSTO	VIERNES 26 AGOSTO	SÁBADO 27 AGOSTO	DOMINGO 28 AGOSTO
COMIDA	8:00-10:30	DESAYUNO						
	13:00-15:00	1ª Sopa de cocido	Macarrones con atún gratinados	Ensaladilla rusa	Coliflor con jamón	Patatas guisadas	Menestra de verduras con carne	Paella de marisco
	2ª	Cocado de garbanzos	Huevos con pisto y patata panadera	Escalopines en salsa de queso con zanahoria baby	Callos guisados y patatas fritas	Pollo guisado con judías verdes salteadas	Conejo guisado y ensalada verde	Merluza empanada con ensalada de tomate
	postre	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Helado	Queso fresco con membrillo	Tarta Selva Negra
CENA	17:00	MERIENDA						
	20:00-22:00	1ª Crema zanahoria y puerro	Sopa de estrellas	Crema de verduras	Sopa de pan	Sopa de letras	Crema de verduras	Sopa de fideos
	2ª	Roti de pavo en salsa con espárragos	Lomo de sajonia con pimiento asado	Albondigas de pescado con brócoli salteado	Tortilla de patata y cebolla y ensalada verde	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	Flan de vainilla	Fruta	Yogur	Fruta	yogur