

RESIDENCIA SPA FELECHOSA/MONTEPÍO MENÚ BASAL 2023

LUNES 16 ENERO MARTES 17 ENERO MIÉRCOLES 18 ENERO JUEVES 19 ENERO VIERNES 20 ENERO SÁBADO 21 ENERO DOMINGO 22 ENERO

SEMANA 1

		DESAYUNO							
COMIDA	8:00-10:30								
	13:00-15:00	1º	Cocido de guisantes con jamón	Arroz con costillas	Patatas guisadas con calamares	Lentejas estofadas	Guiso de repollo	Pote Asturiano	Fideua de pescado
	2º	Lacón con cachelos	Pechuga de pollo empanada con judías verdes salteadas	Bacalao al horno con pisto de verduras	Albondigas de ternera en salsa con puré de patata	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con limón y mayonesa y ensalada verde	Jabali guisado con guisantes salteados	
	17:00								
CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de lluvia	Crema de verduras	Sopa de ajo y pan	Arroz al trote	Crema de maicena	Sopa de estrellas	Sopa de piñones
	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	Pollo asado con macedonia de verduras	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de tomate	Paté de cabracho y rabas con pimientos asados	
	postre	Yogur/Fruta	Yogur/Fruta	Flan de vainilla	Yogur/ Fruta	Natillas de vainilla	Macedonia en almibar	Arroz con leche	

LUNES 23 ENERO MARTES 24 ENERO MIÉRCOLES 25 ENERO JUEVES 26 ENERO VIERNES 27 ENERO SÁBADO 28 ENERO DOMINGO 29 ENERO

SEMANA 2

		DESAYUNO							
COMIDA	8:00-10:30								
	13:00-15:00	1º	Sopa de cocido	Moros y cristianos	Cocido de fréjoles	Lentejas estofadas	Macarrones con chorizo gratinados	Paella de marisco	Fabada Asturiana
	2º	Cocido de garbanzos	Codillo guisado con pimientos morrones	Tortilla de patata y chorizo y ensalada verde	Albondigas de merluza en salsa con patatas fritas	Pollo asado con zanahoria baby	Conejo guisado con patatas con asadas	Ternera guisada con guisantes salteados	
	17:00								
CENA	20:00-22:00	1º	Crema de verduras	Sopa de letras	Crema de calabaza	Sopa de lluvia	Crema de calabacin	Sopa de estrellas	Crema de patata y zanahoria
	2º	Huevos rellenos con pisto y patata	San Marino de merluza con mayonesa y ensalada de tomate	Pechuga de pollo empanada con puré de patata	Sandwich mixto con ensalada tomate	Truchas con jamón y patatas panaderas	Pizza de jamón con ensalada verde	Lomo a la plancha con pimientos morrones	
	postre	Yogur/Fruta	Fruta/Yogur	Natillas de chocolate	Fruta/Yogur	Yogur /Fruta	Fruta/Yogur	Yogur /Fruta	

LUNES 30 ENERO MARTES 31 ENERO MIÉRCOLES 1 FEBRERO JUEVES 2 FEBRERO VIERNES 3 FEBRERO SÁBADO 4 FEBRERO DOMINGO 5 FEBRERO

SEMANA 3

		DESAYUNO							
COMIDA	8:00-10:30								
	13:00-15:00	1º	Cocido de fréjoles	Canelones de carne con tomate y bechamel	Lentejas estofadas	Porrusalda de Bacalao	Moros y Cristianos	Garbanzos con espinacas	Pote asturiano
	2º	Huevos con picadillo y patatas fritas	Roti de pavo en salsa con pimientos morrones	Callos guisados con patatas fritas	Tortilla de patata y cebolla con ensalada verde	Medallones de salmón y calabaza con pimientos asados	Pescado fresco a la gallega con ensalada mixta	Carrilleras al vino con ensalada verde	
	17:00								
CENA	20:00-22:00	1º	Sopa de ajo y pan	Crema de calabaza	Sopa de fideos	Crema de verduras	Sopa de marisco	Crema de calabacin	Sopa de letras
	2º	Sanjacob con ensalada de tomate	Bacalao al horno con pisto	Albondigas de merluza con salteado de verduras	Chorizo criollo con pisto de verduras	Escalopines en salsa de queso con patatas fritas	Hamburguesa en salsa con patatas fritas	Fingers de pollo con champiñones salteados	
	postre	Yogur /Fruta	Fruta	Yogur /Fruta	Fruta/Yogur	Yogur /Fruta	Fruta/Yogur	Fruta/ Yogur	

LUNES 6 FEBRERO MARTES 7 FEBRERO MIÉRCOLES 8 FEBRERO JUEVES 9 FEBRERO VIERNES 10 FEBRERO SÁBADO 11 FEBRERO DOMINGO 12 FEBRERO

SEMANA 4

		DESAYUNO							
COMIDA	8:00-10:30								
	13:00-15:00	1º	Arroz a la cubana	Guiso de repollo	Patatas a la riojana	Menestra de verduras	Lentejas estofadas	Fabas con almejas	Marmitato de bonito
	2º	Codillo guisado con pimientos morrones	Tortilla de patata y queso con ensalada verde	Pechuga de pollo empanada con judías verdes	Pescado fresco y patata panadera	Huevos con jamón y patatas fritas	Merluza a la romana con guisantes salteados y mahonesa	Carrilleras al vino y patata asada	
	17:00								
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	Sopa de fideos
	2º	San marino de Merluza con mahonesa y ensalada de tomate	Sardinias con patata a la vinagreta	Guiso de cerdo con puré de patata	Lomo de Sajonia con ensalada de tomate	Pollo asado con zanahoria baby	Pizza de jamón con ensalada de tomate	Rabas de calamar con pimientos asados	
	postre	Yogur/Fruta	Yogur /Fruta	Fruta/Yogur	Mousse de Yogur	Yogur/Fruta	Yogur/Fruta	Fruta/ Yogur	

LUNES 13 FEBRERO MARTES 14 FEBRERO MIÉRCOLES 15 FEBRERO JUEVES 16 FEBRERO VIERNES 17 FEBRERO SÁBADO 18 FEBRERO DOMINGO 19 FEBRERO

SEMANA 5

		DESAYUNO							
COMIDA	8:00-10:30								
	13:00-15:00	1º	Sopa de cocido	Menestra verduras con carne	Patatas guisadas con carne	Coliflor con jamón	Moros y Cristianos	Arroz con salchichas	Fabada asturiana
	2º	Cocido de garbanzos	Huevos con pisto y patatas	Albondigas de pescado con ensalada de tomate	Callos guisados y patatas fritas	Pollo guisado con judías verdes salteadas	Conejo guisado y ensalada verde	Merluza a la romana con mayonesa y ensalada de tomate	
	17:00								
CENA	20:00-22:00	1º	Crema de verduras	Sopa de letras	Crema de calabacin	Sopa de lluvia	Crema de maicena	Sopa de ajo y pan	Crema de calabaza
	2º	Hamburguesa en salsa con patatas fritas	Lomo de sajonia con pimiento asado	Escalopines en salsa de queso con patatas fritas	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	Yogur Griego	Yogur/Fruta	Natillas de vainilla	Fruta/Yogur	Yogur/Fruta	Fruta/Yogur	yogur/Fruta	