

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida					POTE DE BERZAS PESCADO DEL DIA CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS MARINERA JARRETE CON CHAMPIÑON ARROZ CON LECHE	EMPANADA DE MANZANA LACÓN A LA GALLEGA CON REPOLLO BISCUIT DE VAINILLA FRUTA DE TEMPORADA
Cena					SOPA DE AJO LOMO DE SAJONIA CON PURÉ DE MANZANA YOGURES	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL CROQUETAS Y EMPANADILLAS CON LECHUGA EN JULIANA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE ESTRELLAS HALIBUT EN SALSA CON PATATA ASADA YOGURES
Energía (Kcal.)	3.116 Kcal	2.636 Kcal	2.642 Kcal	2.828 Kcal	3.006 Kcal	2.832 Kcal	3.197 Kcal
Proteínas (g.)	P: 92	P: 97	P: 83	P: 103	P: 109	P: 87	P: 100
H.Carbono(g.)	HC: 458	HC: 378	HC: 398	HC: 332	HC: 402	HC: 401	HC: 469

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

Del 04/06/2018 al 10/06/2018

Invierno 2017-2018

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL HALIBUT AL HORNO CON JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑÓN Y ESPARRAGOS PESCADO DEL DIA CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	BRÓCOLI Y COLIFLOR REHOGADO ABADEJO AL HORNO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS JAMÓN ASADO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA DE TEMPORADA POSTRE CASERO
Cena	SOPA DE FIDEOS LOMO ADOBADO PLANCHA CON CHAMPIÑONES YOGURES	CREMA PARMENTIERE SARDINAS EN ACEITE CON TOMATE NATURAL CON SAMFAINA YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL CON TOMATE AL HORNO YOGURES	CREMA DE PUERRO NATURAL FILETE DE POLLO A LA CERVEZA CON PURÉ DE MANZANA FLAN DE VAINILLA	SOPA DE ZANAHORIA TORTILLA DE PATATAS CON ESPARRAGOS HELADO	CREMA DE CALABAZA NATURAL SAN JACOBO CASERO CON ZANAHORIA RALLADA PUDDING	SOPA CUBIERTA CAELLA ENCEBOLLADA CON LECHUGA Y PEPINO YOGURES
Energía (Kcal.)	2.544 Kcal	2.545 Kcal	3.121 Kcal	3.220 Kcal	2.465 Kcal	2.984 Kcal	3.074 Kcal
Proteínas (g.)	P: 99	P: 114	P: 107	P: 112	P: 80	P: 113	P: 142
H.Carbono(g)	HC: 351	HC: 340	HC: 413	HC: 472	HC: 342	HC: 402	HC: 373

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	CALDO GALLEGO CALAMARES ENCEBOLLADOS (RABA) CON ESPINACAS REHOGADAS HELADO	ESPIRALES MARGARITA RUSTIDERA DE PAVO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA PESCADO DEL DIA CON ENSALADA MIXTA YOGURES	CREMA DE CALABACÍN NATURAL HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	REPOLLO CON PATATAS ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS HELADO	PATATAS CON CALAMARES CONTRA DE AVE ALBARDADO EN SALSA DE COMINO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES TARTA SELVA NEGRA
Cena	SOPA DE ESTRELLAS JAMÓN YORK AL HORNO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURAS NATURAL CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE GRATINADO YOGURES	SOPA DE ARROZ LOMO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA AL HORNO MANZANA ASADA	SOPA DE PASTA CAELLA HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL CON JUDÍAS VERDES FLAN DE VAINILLA	CREMA DE ACELGAS SANDWICH MIXTO CON LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA HORTELANA RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL TORTILLA DE JAMÓN CON GUISANTES SALTEADOS YOGURES
Energía (Kcal.)	2.586 Kcal	3.157 Kcal	3.293 Kcal	3.041 Kcal	3.010 Kcal	2.655 Kcal	2.722 Kcal
Proteínas (g.)	P: 92	P: 100	P: 118	P: 111	P: 113	P: 91	P: 108
H.Carbono(g.)	HC: 378	HC: 454	HC: 457	HC: 373	HC: 388	HC: 369	HC: 343

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

# RESIDENCIA MATOGRANDE

Del 18/06/2018 al 24/06/2018

Invierno 2017-2018

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PATATAS Y JAMON ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON TOMATE CON CEBOLLA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CARBONARA POLLO GUISADO CON PASAS FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS SARDINAS CON PIPERRADA ARROZ CON LECHE	COLIFLOR AL AJO ARRIERO CABECERO DE LOMO ASADO CON PATATA PARISINA MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	ARROZ CALDOSO PESCADO DEL DIA CON VERDURITAS SALTEADAS HELADO	JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS SOLOMILLO DE CERDO CON VERDURAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	PATATAS GUISADAS SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS FRUTA DE TEMPORADA POSTRE CASERO
Cena	SOPA DE AJO TILAPIA A LAS FINAS HIERBAS CON PATATA PANADERA NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE CALABACÍN NATURAL TORTILLA DE QUESO CON SAMFAINA YOGURES	CREMA DE ESPINACAS NATURAL FIAMBRES MAGROS CON MENESTRA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE AVE REVUELTO DE JAMÓN CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES	ACELGAS REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PATATAS A LO POBRE FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE PICADILLO ABADEJO AL HORNO CON TOMATE, MAIZ Y ZANAHORIA YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL EMPANADA DE MANZANA QUESO CON MEMBRILLO
Energía (Kcal.)	2.937 Kcal	2.533 Kcal	2.920 Kcal	2.549 Kcal	2.736 Kcal	2.327 Kcal	3.647 Kcal
Proteínas (g.)	P: 99	P: 91	P: 117	P: 102	P: 106	P: 109	P: 93
H.Carbono(g.)	HC: 374	HC: 370	HC: 401	HC: 328	HC: 370	HC: 290	HC: 496

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

# RESIDENCIA MATOGRANDE

Del 25/06/2018 al 30/06/2018

Invierno 2017-2018

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA CANELONES DE ATÚN FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES CON CALABACIN, ZANAHORIA Y SALSA DE TOMATE SUPREMA DE SALMÓN A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA FRUTA DE TEMPORADA	CALDO GALLEGO RAXO CON PATATAS PUDDING	GARBANZOS CON TOMATE PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA PERA EN ALMIBAR	CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS HELADO	LENTEJAS CON VERDURAS Y POLLO SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS FRUTA DE TEMPORADA	
Cena	SOPA CASTELLANA TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS VERDES YOGURES	JUDÍAS VERDES CON PATATAS TIRAS DE POLLO CON VERDURAS NATILLAS DE VAINILLA	SOPA DE CEBOLLA SAN JACOBO CASERO CON TOMATE Y ORÉGANO FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURAS NATURAL POLLO GUISADO CON PASAS YOGURES	SOPA DE SEMOLA FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE LLUVIA MAGRO EN SALSA DE MANZANA CON ZANAHORIA SALTEADA NATILLAS DE CHOCOLATE	
Energía (Kcal.)	2.766 Kcal	2.787 Kcal	3.212 Kcal	2.418 Kcal	2.965 Kcal	3.044 Kcal	2.773 Kcal
Proteínas (g.)	P: 97	P: 107	P: 124	P: 104	P: 93	P: 117	P: 114
H.Carbono(g.)	HC: 372	HC: 399	HC: 434	HC: 306	HC: 373	HC: 450	HC: 384

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota: