

Del 4 AL 10 DE MARZO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA CANELONES DE ATÚN FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES GRATINADAS BLANQUETA DE POLLO AL HORNO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS RIOJANA MAGRO DE CERDO EN SU JUGO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON ESPINACAS FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON ENSALADA PERA EN ALMIBAR	BROCOLI CON AJITOS HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO EN SALSA DE TOMATE CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS FRUTA DE TEMPORADA	PAELLA PESCADO AZUL REBOZADO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA TARTA DE QUESO
Cena	SOPA CASTELLANA TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS VERDES YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS HALIBUT AL HORNO CON PATATA AL AJILLO NATILLAS DE VAINILLA	SOPA DE PASTA SAN JACOBO CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) PIMIENTOS RELLENOS CON ARROZ YOGURES	SOPA DE FIDEOS PESCADO DEL DIA CON LECHUGA Y PIMIENTOS YOGURES	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) MAZA ASADA A LA MOSTAZA CON ZANAHORIA RALLADA FLAN DE VAINILLA	CREMA DE ESPINACAS Y ZANAHORIAS TIRAS DE POLLO CON VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	2.311 Kcal	2.465 Kcal	2.579 Kcal	2.165 Kcal	2.359 Kcal	2.442 Kcal	2.595 Kcal
Proteínas (g.)	P: 92	P: 115	P: 109	P: 92	P: 99	P: 117	P: 102
H.Carbono(g.)	HC: 265	HC: 290	HC: 289	HC: 301	HC: 231	HC: 283	HC: 317
Lípidos (g.)	L: 91	L: 86	L: 104	L: 58	L: 111	L: 85	L: 99

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:


BEATRIZ DE DIEGO-BLANCO
Dietista Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

DOMUSVI SAN ADRIÁN

Del 11 AL 17 DE MARZO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ARROZ CON VERDURAS POLLO GUISADO CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CON VERDURAS ABADEJO CON TOMATE CON PIMIENTOS FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA DE VERDURAS CON TOMATE (CHAMPIÑÓN Y COLIFLOR) BOCADITOS DE SALMON EN SALSA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PIMIENTO FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR AL AJO ARRIERO HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	POTAJE DE ALUBIAS CON BRECOL Y ZANAHORIA PESCADO DEL DIA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS RIOJANA HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	EMPANADA GALLEGA CALDERETA DE CORDERO BISCUIT DE VAINILLA FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE CALABACÍN MERLUZA AL HORNO CON GUISANTES Y ZANAHORIA YOGURES	SOPA HORTELANA TORTILLA DE QUESO CON PATATA ASADA FLAN DE VAINILLA	CARDO GUISADO CINTA DE SAJONIA CON ARROZ YOGURES	SOPA DE FIDEOS CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLITA Y TOMATE AL HORNO YOGURES	SOPA DE AJO SAN JACOBO CON PURÉ DE MANZANA YOGURES	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL SANDWICH CON LECHUGA Y ZANAHORIA NATILLAS DE CHOCOLATE	CREMA DE PUERROS HALIBUT EN SALSA CON PATATA ASADA YOGURES
Energía (Kcal.)	2.467 Kcal	2.219 Kcal	2.588 Kcal	2.574 Kcal	2.393 Kcal	2.545 Kcal	3.056 Kcal
Proteínas (g.)	P: 113	P: 93	P: 87	P: 97	P: 114	P: 89	P: 107
H.Carbono(g.)	HC: 287	HC: 281	HC: 321	HC: 245	HC: 275	HC: 293	HC: 338
Lípidos (g.)	L: 91	L: 73	L: 99	L: 130	L: 84	L: 105	L: 138

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 18 AL 24 DE MARZO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	<p>CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL</p> <p>FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON CALABACÍN AL HORNO</p> <p>GELATINA CON FRUTA</p>	<p>GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</p> <p>CON LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>MELOCOTÓN EN ALMÍBAR</p>	<p>CODITOS CON TOMATE GRATINADOS</p> <p>MORCILLA CON PIPERRADA</p> <p>CON PIPERRADA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>ARROZ HORTELANA</p> <p>ABADEJO AL HORNO</p> <p>CON ENSALADA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>BRÓCOLI Y COLIFLOR REHOGADO</p> <p>PESCADO DEL DIA</p> <p>CON PATATA PANADERA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>LENTEJAS CASERAS</p> <p>ZANCARRÓN CON TOMATE</p> <p>CON VERDURAS AL VAPOR</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PUDDING</p>
Cena	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>LOMO ADOBADO PLANCHA</p> <p>CON PISTO</p> <p>YOGURES</p>	<p>CREMA PARMENTIERE</p> <p>SARDINAS EN ACEITE CON TOMATE NATURAL</p> <p>CON PATATA HERVIDA</p> <p>YOGURES</p>	<p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS</p> <p>HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL</p> <p>CON PATATA AL VAPOR</p> <p>YOGURES</p>	<p>CREMA DE PUERRO NATURAL</p> <p>FILETE DE POLLO A LA CERVEZA</p> <p>CON TOMATE AL HORNO</p> <p>FLAN DE VAINILLA</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA NATURAL</p> <p>TORTILLA DE PATATAS</p> <p>CON ESPARRAGOS</p> <p>YOGURES</p>	<p>CREMA DE CALABAZA NATURAL</p> <p>CROQUETAS Y EMPANADILLAS</p> <p>CON TOMATE AL HORNO</p> <p>YOGURES</p>	<p>SOPA DE AJO</p> <p>CAELLA ENCEBOLLADA</p> <p>CON LECHUGA Y PEPINO</p> <p>YOGURES</p>
Energía (Kcal.)	2.065 Kcal	2.457 Kcal	2.631 Kcal	2.525 Kcal	2.097 Kcal	2.283 Kcal	2.703 Kcal
Proteínas (g.)	P: 114	P: 133	P: 80	P: 89	P: 94	P: 82	P: 140
H.Carbono(g.)	HC: 260	HC: 285	HC: 307	HC: 310	HC: 238	HC: 274	HC: 289
Lípidos (g.)	L: 58	L: 80	L: 113	L: 97	L: 79	L: 87	L: 103

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 25 AL 31 DE MARZO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ALCACHOFAS RIOJANAS MERLUZA REBOZADA CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES BOLONESA REDONDO DE PAVO ASADO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA	BERENJENA GRATINADA ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	PASTEL DE CALABACIN HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	POCHAS A LA NAVARRA PESCADO DEL DIA CON ENSALADA MANZANA ASADA	PATATAS CON BACALAO MUSLITOS DE POLLO FRITOS CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES TARTA SELVA NEGRA
Cena	SOPA DE ESTRELLAS JAMÓN ASADO CON VERDURAS AL VAPOR NATILLAS DE CHOCOLATE	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) HAMBURGUESA DE TERNERA CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL CAELLA HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL CON PISTO YOGURES	SOPA DE PASTA SANDWICH DE ATUN CON LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNA FLAN DE VAINILLA	SOPA DE ARROZ CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE GRATINADO YOGURES	SOPA HORTELANA PAPILLOTE DE MERLUZA Y SALMON CON SALSAS TARTARA CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL TORTILLA DE JAMÓN CON GUISANTES SALTEADOS YOGURES
Energía (Kcal.)	2.428 Kcal	2.395 Kcal	2.193 Kcal	2.610 Kcal	2.038 Kcal	2.381 Kcal	2.379 Kcal
Proteínas (g.)	P: 103	P: 109	P: 111	P: 91	P: 84	P: 116	P: 97
H.Carbono(g.)	HC: 288	HC: 270	HC: 225	HC: 290	HC: 269	HC: 246	HC: 275
Lípidos (g.)	L: 89	L: 91	L: 88	L: 116	L: 63	L: 97	L: 93

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:


BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.