



Menú GENERAL mes de julio de 2022

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| | | | | 1 |
| | | | | LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS |
| | | | | SALCHICHAS FRESCAS DE CERDO |
| | | | | ENSALADA VARIADA |
| | | | | FRUTA DE TEMPORADA |
| | | | | <i>Sugerencia de cena:</i> |
| | | | | Poke bowl de Salmón / Fruta |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| MACARRONES A LA AMATRICIANA (cebolla, tomate, bacon, queso) | PURÉ DE CALABACÍN | TREMPÓ CON GARBANZOS | ARROZ CON SALSA DE TOMATE | ENSALADA DE PASTA (pasta tricolor, maíz, aceitunas, atún) |
| MERLUZA EMPANADA (huevo, pan rallado) | TORTILLA DE PATATA COCIDA Y CEBOLLA | PECHUGA DE POLLO AL HORNO | BUÑUELOS DE BACALAO | HAMBURGUESA A LA PLANCHA (magro de cerdo y morcillo) |
| ENSALADA CON MAÍZ | ENSALADA TROPICAL(lechuga, tomate y piña) | PURÉ DE PATATA | JUDIAS VERDES SALTEADAS CON AJO | TOMATE ALIÑADO CON ACEITUNAS |
| FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | YOGUR | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA |
| <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> |
| Pavo con champiñones y patata / Fruta | Lomo de atún con brócoli y arroz / Fruta | Ensalada de cuscús con huevo / Fruta | Lentejas con ratatouille / Fruta | Pizza casera / Fruta |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS | LAZOS DE PASTA CON ATÚN | ARROZ 3 DELICIAS (judía verde, zanahoria, guisantes, jamón cocido) | CREMA DE ZANAHORIA | SOPA DE BULLIT |
| FRITO MALLORQUÍN | CALAMARES ANDALUZA (harina de trigo) | TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA COCIDA | MERLUZA AL HORNO | BULLIT |
| FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA CON CANÓNIGOS (canónigos, atún y maíz) | ENSALADA DE VERANO (lechuga, tomate, maíz y olivas) | TREMPÓ | FRUTA DE TEMPORADA |
| <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> |
| Ensalada variada y tortilla a la francesa con pan / Fruta | Cuscús con verduras y pavo salteado / Fruta | Garbanzos con verduras la mexicana / Fruta | Huevo cocido con verduras y patata / Fruta | Ensalada variada y sardinas con pan / Fruta |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ARROZ A LA MILANESA | TREMPÓ CON GARBANZOS | TAGLIATELLE CON SALSA DE TOMATE | LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS | PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA |
| HAMBURGUESA A LA PLANCHA (magro de cerdo y morcillo) | PECHUGA POLLO PLANCHA | MERLUZA EMPANADA (huevo, pan rallado) | TORTILLA A LA FRANCESA CON JAMÓN | SALMÓN A LA PLANCHA |
| GUISANTES SALTEADOS | PATATAS ALIÑADAS | ENSALADA(lechuga, tomate, atún y aceitunas) | TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO | PATATA Y JUDÍAS VERDES |
| FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | YOGUR | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA |
| <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> |
| Gallo a la plancha con tabulé / Fruta | Tortilla de patata y cebolla con espagueti de judías verdes / Fruta | Tortillas de maíz con alubias y verduras / Fruta | Pavo a la plancha con arroz y pimientos / Fruta | Trempó y pan con hummus / Fruta |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ENSALADA VARIADA | PURÉ DE VERDURAS | LENTEJAS ESTOFADAS | ARRÓZ DE PESCADO | GARBANZOS ALIÑADOS CON PATATA (pimentón dulce, aeite de oliva, aromáticos) |
| LASAÑA A LA BOLOÑESA | FOGONERO A LA PLANCHA | POLLO AL LIMÓN | TORTILLA A LA FRANCESA CON ATÚN | MERLUZA EMPANADA (huevo, pan rallado) |
| FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ SALTEADO CON PIMIENTOS | PATATAS ASADAS | ENSALADA TROPICAL(lechuga, tomate y piña) | ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS |
| <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> | <i>Sugerencia de cena:</i> |
| Garbanzos con pimientos y quínoa / Fruta | Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta | Salmón a la plancha y tabulé de cuscús / Fruta | Pavo a la plancha con champiñones y patata / Fruta | Quesadillas variadas / Fruta |

Los menús se acompañan de pan integral y agua. La cocina utiliza aceite de oliva para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar los platos

SI NECESITA LA INFORMACIÓN DE LOS ALÉRGENOS CONTENIDOS EN EL MENÚ CONTACTE CON LAS OFICINAS.