

# Menú Basal Privado

## Mediterránea de catering IN SITU

### Curso 2019-20

mediterránea

6-ene. 17-feb. 30-mar.

7-ene. 18-feb. 31-mar.

8-ene. 19-feb.

9-ene. 20-feb.

10-ene. 21-feb.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Crema de verduras Albóndigas con tomate Patatas panaderas Agua, Pan y Yogur	Puchero Merluza empanada Tomate Agua, Pan y Yogur	Cazuela de fideos con pescado Tortilla de patatas con cebolla Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Salchichas frankfurt Menestra Agua, Pan y Fruta	Crema de zanahorias Salmón al horno con salsa de cebolla y eneldo Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PASTA + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	13-ene. 24-feb.	14-ene. 25-feb.	15-ene. 26-feb.	16-ene. 27-feb.	17-ene. 28-feb.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Lentejas con chorizo Tortilla francesa Tomate Agua, Pan y Fruta	Paella de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Macarrones boloñesa Varitas de pescado Zanahorias Agua, Pan y Fruta	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo Arroz pilaf Agua, Pan y Yogur	Patatas con tomate Merluza al horno Ensalada variada Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	VERDURAS + PAVO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PATATAS + VERDURAS + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	20-ene. 2-mar.	21-ene. 3-mar.	22-ene. 4-mar.	23-ene. 5-mar.	24-ene. 6-mar.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Potaje de garbanzos Tortilla de patatas Tomate Agua, Pan y Fruta	Cazuela de patatas con choco Lomo de cerdo al ajillo Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Arroz tres delicias Pavo en salsa de zanahorias Patatas Agua, Pan y Yogur	Crema de calabaza Pizza margarita Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Espaguetis con tomate y queso Salmón al horno al limón Menestra Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	ENSALADA + PESCADO+ FRUTA/YOGUR	VERDURAS + POLLO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA+ CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PATATAS + TORTILLA+ FRUTA/YOGUR
	27-ene. 9-mar.	28-ene. 10-mar.	29-ene. 11-mar.	30-ene. 12-mar.	31-ene. 13-mar.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Lentejas con verduras Empanadillas de atún Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Crema hortelana Pollo marinado Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta	Puchero Tortilla francesa Tomate Agua, Pan y Yogur	Sopa de picadillo Cordon bleu de pavo Patata Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Caella encebollada Ensalada variada Agua, Pan y Yogur
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + POLLO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR	CREMA DE VERDURAS+ PESCADO + FRUTA/YOGUR
	3-feb. 16-mar.	4-feb. 17-mar.	5-feb. 18-mar.	6-feb. 19-mar.	7-feb. 20-mar.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Crema de verduras Tortilla de patatas con calabacín Lechuga Agua, Pan y Fruta	Paella de pollo Albóndigas con tomate Arroz pilaf Agua, Pan y Yogur	Macarrones carbonara Hamburguesa mixta al horno Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Patatas a la riojana Nuggets de pollo Zanahorias salteadas Agua, Pan y Fruta	Crema de zanahorias Merluza al horno en salsa de calabacín Tomate natural Agua, Pan y Yogur
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR
	10-feb. 23-mar.	11-feb. 24-mar.	12-feb. 25-mar.	13-feb. 26-mar.	14-feb. 27-mar.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Sopa minestrone Revuelto de patatas y pollo Tomate Agua, Pan y Fruta	Espaguetis boloñesa Empanadillas de atún Lechuga Agua, Pan y Yogur	Crema de calabacín Pizza margarita Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Lomo de cerdo al ajillo Zanahorias Agua, Pan y Yogur	Lentejas estofadas Salmón al horno Puré de patatas Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + POLLO + FRUTA/YOGUR

La fruta habitualmente corresponderá a: Naranja, Mandarina, Manzana, Pera, Plátano y Kiwi.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ