

# Menú Basal La Purísima

## Centros Privados Mediterránea de catering IN SITU

*Mediterránea*

30-abr. 11-jun.

1-may. 12-jun.

2-may. 13-jun.

3-may. 14-jun.

4-may. 15-jun.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Crema de calabacín (calabacín, patata y cebolla) Hamburguesa de vacuno al horno con salsa de zanahoria y cebolla Patatas panaderas al horno Agua, Pan integral y Fruta	Arroz a la cubana (arroz vaporizado, tomate frito y huevo cocido) Abadejo al horno a las finas hierbas (pescado, tomillo, orégano, perejil) Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Macarrones boloñesa (pasta, tomate frito, carne picada de pollo y ternera) Cordon bleu de pavo Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Garbanzos estofados (legumbre, tomate, pimiento, cebolla) Tortilla de patatas con cebolla Brócoli al vapor Agua, Pan y Fruta	Crema de verduras (Patata, Calabaza, Zanahoria, Acelgas, Calabacín, Cebolla) Salmón en filetes empanados Tomate natural Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR	PASTA + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	7-may. 18-jun.	8-may. 19-jun.	9-may. 20-jun.	10-may. 21-jun.	11-may. 22-jun.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Alubias con verduras (legumbre, tomate, pimiento, cebolla) Tortilla de patatas con calabacín Ensalada variada Agua, Pan integral y Fruta	Crema de zanahorias (zanahoria, patata y cebolla) Jamoncitos de pollo al horno (muslo de pollo, cebolla, especias) Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta	Lentejas con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo) Varitas de pescado Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Cazuela de patatas con carne (patatas, ternera y verduras) Tortilla francesa Alcachofas al vapor Agua, Pan y Fruta	Espaguetis con tomate y queso (pasta, tomate frito y queso rallado) Pizza margarita Ensalada variada Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PASTA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	2-abr. 14-may.	3-abr. 15-may.	4-abr. 16-may.	5-abr. 17-may.	6-abr. 18-may.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla) Magro de cerdo al ajillo (carne, cebolla, ajo) Judías verdes salteadas Agua, Pan integral y Fruta	Arroz a la cubana (arroz vaporizado, tomate frito y huevo cocido) Merluza al horno (pescado, ajo, perejil) Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Lacitos boloñesa (pasta, tomate frito, carne picada de pollo y ternera) Nuggets de pollo Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Potaje de garbanzos con acelgas (legumbre, tomate, pimiento, cebolla, acelgas) Tortilla de patatas con cebolla Tomate natural Agua, Pan y Fruta	Crema hortelana (calabaza, calabacín, zanahoria, patata y cebolla) Salmón al horno con hierbas aromáticas (pescado, tomillo, eneldo, perejil) Patatas panaderas al horno Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PASTA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR
	9-abr. 21-may.	10-abr. 22-may.	11-abr. 23-may.	12-abr. 24-may.	13-abr. 25-may.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Lentejas con calabaza (legumbre, calabaza, patata) Abadejo al horno al limón (pescado, limón, perejil) Ensalada variada Agua, Pan integral y Fruta	Tallarines con tomate y queso (pasta, tomate y queso rallado) Tortilla francesa Brócoli al vapor Agua, Pan y Fruta	Alubias con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo) Anillas de calamar rebozadas Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Crema de verduras (Patata, Calabaza, Zanahoria, Acelgas, Calabacín, Cebolla) Hamburguesa de vacuno al horno con cebolla Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate (arroz vaporizado con tomate) Tortilla de patatas con calabacín Ensalada variada Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + CARNE + FRUTA/YOGUR
	16-abr. 28-may.	17-abr. 29-may.	18-abr. 30-may.	19-abr. 31-may.	20-abr. 1-jun.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla) Albóndigas con tomate (albóndigas de pollo con tomate frito) Patatas panaderas al horno Agua, Pan integral y Fruta	Arroz 3 delicias vegetal (arroz vaporizado, zanahoria, calabacín, guisantes) Salmón en filetes empanados Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Coditos boloñesa (pasta, tomate frito, carne picada de pollo y ternera) Salchichas Frankfurt Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Potaje de legumbres (alubias blancas, judías verdes, zanahoria) Tortilla de patatas con cebolla Tomate natural Agua, Pan y Fruta	Crema de zanahorias (zanahoria, patata y cebolla) Pizza margarita Menestra salteada Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR	PASTA + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	23-abr. 4-jun.	24-abr. 5-jun.	25-abr. 6-abr.	26-abr. 7-jun.	27-abr. 8-jun.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Almuerzo	Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento, cebolla) Tortilla de patatas con calabacín Ensalada variada Agua, Pan integral y Fruta	Arroz con tomate (arroz vaporizado con tomate frito) Bacalao al horno encebollado (pescado, tomate, cebolla) Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Puchero (garbanzos, zanahoria, patata, pollo y ternera) Fielete de merluza empanado Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Crema hortelana (calabaza, calabacín, zanahoria, patata y cebolla) Magro de cerdo al ajillo (carne, cebolla, ajo) Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta	Lacitos tricolor con tomate y queso (pasta tricolor, tomate frito y queso rallado) Tortilla francesa Zanahorias al horno Agua, Pan y Fruta
Propuesta Cenas	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR