



¿Sabías que las avellanas aportan magnesio, fósforo y vitaminas del grupo B que ayudan al buen funcionamiento del sistema nervioso?



Calidad & Servicio

febrero-17

ALMUERZOS ASPROGRADES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		1	2	3	4	5
		ENSALADA MIXTA DE YORK Y ATUN CANELONES FRUTA	ENSALADA TROPICAL HAMBURGUESA COMPLETA CON HUEVO FRUTA	SOPA DE FIDEOS BACALAO A LA BAEZANA FRUTA	ENSALADA VALENCIANA TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS FRUTA	MACARRONES CON TOMATE PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA FRUTA
6	7	8	9	10	11	12
JUDIAS VERDES EN AJOPOLLO CROQUETAS Y EMPANADILLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA	COCIDO DE GARBANZOS Y COL TORTILLA DE ESPINACAS YOGUR	ESPIRALES CARBONARA SALMON ENCEBOLLADO FRUTA	ARROZ CALDOSO CARNE EN SALSAS FRUTA	GUIISO DE LENTEJAS CALABACIN RELLENO FRUTA	HABAS CON JAMON PESCADO EN SALSAS MARINERA FRUTA	CÓCTEL DE GAMBAS LASAÑA FRUTA
13	14	15	16	17	18	19
SOPA DE MARISCO ESCALOPE FRUTA	GUIISO DE LENTEJAS BACALAO CON TOMATE POSTRE ESPECIAL	COGOLLOS DE LECHUGA CON AJOS MIGAS FRUTA	SOPA MINISTRONE POLLO ASADO CON PATATAS A LO POBRE FRUTA	ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS HUEVO FRUTA	CAZUELA DE FIDEOS TORTILLA SERRANA CON ENSALADA VERDE FRUTA	SOPA DE CEBOLLA PINCHITOS DE POLLO CON PATATAS FRUTA
20	21	22	23	24	25	26
LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSAS VASCA FRUTA	ENSALADA VERDE PAELLA MIXTA YOGUR	SOPA SEVILLANA SAN JACOBO CON MENESTRA FRUTA	COCIDO DE GARBANZOS TORTILLA DE CALABACIN FRUTA	MACARRONES CON ATUN POLLO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	JUDIAS VERDES SALTEADAS HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS FRUTA	SOPA DE AJOS BERENJENAS RELLENAS FRUTA
27	28					
ENSALADA DE PIMIENTOS ASADOS Y ATUN FIDEUA DE CALAMARES FRUTA	POTAJE DE ALUBIAS PALITOS DE MERLUZA CON CHAMPIÑONES AL AJILLO POSTRE ESPECIAL					

Estamos trabajando conjuntamente con la Consultoría Nutricional Cesnut para ofrecerles la máxima calidad dietética en la programación de nuestros menús.

Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con el equipo de dietistas - nutricionistas en info@cesnut.com o directamente con la dirección del centro.

Se sirve una ración de 60g de pan y 15g de aceite en cada comida/cena añadiendo un valor nutricional extra al menú de 243,8Kcal / 10,5gG/ 4,2g P/ 33g HC .

Firmado por: Roser Montané-Directora de Cesnut - D.Nutrición Humana y dietética N° colegiado 0681

CESNUT
NUTRICIÓN
Consultoría Nutricional