

MENÚ 1ª SEMANA INVIERNO 2022/23

ACOMPANYA BASAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada mixta -    - Lentejas guisadas con verduras - Fruta fresca - Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Pasta con tomate   -Merluza al horno con ajo y perejil  -Menestra imperial -Yogurt  -Pan Blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de     -Pollo al horno en salsa de zanahoria, pimientos y cebolla  -Patatas gajo al horno -Fruta fresca -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de lechuga, tomate, maíz, pepino, zanahoria y cebolla   -Magro de cerdo al ajillo -Arroz blanco hervido - Natillas  - Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de calabaza  -Fogonero al pil pil  -Patatas con cebolla salteadas -Fruta fresca - Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de pimientos asados con cebolla y huevo duro    -Fideuá de pollo    -Yogurt  -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Pollo al horno con tomillo -Patatas con cebolla salteadas y pimientos -Fruta fresca -Pan blanco 
Cena	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de ave con fideos    -Coliflor gratinada al horno  -Yogurt  -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de verduras  -Croquetas de espinacas        -Puré de patatas  -Fruta fresca -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada César          -Menestra imperial de verduras con pavo -Yogurt  -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de calabacín -Bacalao al horno en salsa de tomate  -Fruta fresca -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de arroz -Pavo al curry  -Natillas  -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Pisto de verduras con atún    -Tortilla de patatas con cebolla  -Fruta fresca -Pan blanco  	<ul style="list-style-type: none"> -Berenjenas rellenas con atún y verduras  -Salchichas con guisantes    -Yogurt  -Pan blanco 

Todas las comidas irán acompañadas de agua y pan blanco, integral o sin gluten según necesidad.

Acompaña garantiza que este menú ha sido planificado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación diferida y supervisado por una graduada en Nutrición Humana y Dietética, siendo elaborado por profesionales de la Restauración con materias primas de 1ª calidad.

Revisado por Alejandra Leiva Ávila. Ingeniera Química.
Técnico superior en nutrición y dietética. Colegio nº 2056
(COPTESCV)

MENÚ 2ª SEMANA INVIERNO 2022/23

ACOMPANYA BASAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Almuerzo	-Crema de verduras  -Merluza frita  -Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pepino y cebolla  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Sopa de picadillo con huevo, pollo y fideos  -Albóndigas de ternera al con salsa de tomate y cebolla al horno  -Patatas al horno  -Yogurt  -Pan blanco 	-Ensalada mixta  -Potaje de alubias con verduras  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Fideuá con alcachofas  -Magro de cerdo al ajillo  -Zanahoria baby cocidas  -Natillas  -Pan blanco 	-Crema de puerros  -Calamares fritos  -Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz  -Yogurt  -Pan blanco 	-Sopa de verdura  -Paella de marisco  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Patatas aliñada  -Traseros de pollo con verduras  -Yogurt  -Pan blanco 
Cena	-Ensalada de patata, judías verdes, huevo duro y atún  -Churrasco de pollo al horno con verduras  -Yogurt  -Pan blanco 	-Crema de zanahorias  -Lasaña de atún  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Sopa de verduras  -Tortilla francesa  -Tomate aliñado  -Natillas  -Pan blanco 	-Verduras al vapor con ajo y albahaca  -Salchichas al vino con cebolla  -Arroz blanco hervido  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Arroz campestre  -Alitas de pollo en salsa barbacoa  -Fruta fresca  -Pan blanco 	-Berenjenas rellenas con carne de pollo  -Tortilla de patatas con cebolla  -Yogurt  -Pan blanco 	-Ensalada de pasta  -Salchichas con guisantes  -Yogurt  -Pan blanco 

Todas las comidas irán acompañadas de agua y pan blanco, integral o sin gluten según necesidad.

Acompaña garantiza que este menú ha sido planificado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación diferida y supervisado por una graduada en Nutrición Humana y Dietética, siendo elaborado por profesionales de la Restauración con materias primas de 1ª calidad.

Revisado por Alejandra Leiva Ávila. Ingeniera Química. Técnico superior en nutrición y dietética. Colegio nº 2056 (COPTESCV)

MENÚ 3ª SEMANA INVIERNO 2022/23

ACOMPANYA BASAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> -Lentejas guisadas con verduras -Tortilla de patatas con cebolla -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de champiñones, calabacín y zanahoria -Arroz con sepia -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada mixta -Potaje de garbanzos con verduras -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Cazuela de fideos con verduras -Ternera en salsa -Zanahoria baby salteada con guisantes -Natillas -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Pasta con tomate -Flamenquín -Ensalada mixta -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de verduras -Paella de marisco -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Pollo asado -Patatas con cebolla salteadas y pimientos -Fruta fresca -Pan blanco
Cena	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de zanahorias -Lasaña de atún -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de patata, judías verdes, huevo duro y atún -Churrasco de pollo al horno con verduras -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de verduras -Calamares fritos -Tomate aliñado -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Verduras al vapor con ajo y albahaca -Salchichas al vino con cebolla -Arroz blanco hervido -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de puerros -Alitas de pollo en salsa barbacoa -Natillas -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Pisto de verduras con atún -Tortilla de patatas con cebolla -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de calabacín -Merluza al horno con ajo y perejil -Yogurt -Pan blanco

Todas las comidas irán acompañadas de agua y pan blanco, integral o sin gluten según necesidad.

Acompaña garantiza que este menú ha sido planificado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación diferida y supervisado por una graduada en Nutrición Humana y Dietética, siendo elaborado por profesionales de la Restauración con materias primas de 1ª calidad.

Revisado por Alejandra Leiva Ávila. Ingeniera Química.
Técnico superior en nutrición y dietética. Colegio nº 2056
(COPTESSCV)

MENÚ 4ª SEMANA INVIERNO 2022/23

ACOMPANYA BASAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de picadillo con patata, huevo, garbanzos y pollo -Salmon al horno -Verduras al vapor con zanahorias, brócoli y cebolla -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de verduras -Magro de cerdo con tomate -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada mixta -Albóndigas de ternera en salsa de almendras -Arroz blanco hervido -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de judías verdes con atún -Churrasco de pollo al horno -Menestra imperial -Natillas -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada mixta -Potaje de garbanzos con calabaza y judías verdes -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de calabacín -Macarrones con pesto -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de verduras -Paella de marisco -Fruta fresca -Pan blanco
Cena	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de pasta -Tortilla francesa -Tomate aliñado -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de ave con fideos -Merluza al horno con ajo y perejil -Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de puerros -San Jacobo -Puré de patatas -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de tomate -Croquetas de bacalao -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Arroz tres delicias -Hamburguesa de pollo -Yogurt -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada César -Tortilla de patatas con cebolla -Fruta fresca -Pan blanco 	<ul style="list-style-type: none"> -Pisto de verduras con atún -Alitas de pollo en salsa barbacoa -Yogurt -Pan blanco

Todas las comidas irán acompañadas de agua y pan blanco, integral o sin gluten según necesidad.

Acompaña garantiza que este menú ha sido planificado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación diferida y supervisado por una graduada en Nutrición Humana y Dietética, siendo elaborado por profesionales de la Restauración con materias primas de 1ª calidad.

Revisado por Alejandra Leiva Ávila. Ingeniera Química. Técnico superior en nutrición y dietética. Colegio nº 2056 (COPTESCV)