

Menú semanal

SEMANA DEL 5 AL 9 DE MARZO DE 2018



LUNES 5		MARTES 6		MIÉRCOLES 7		JUEVES 8		VIERNES 9	
	kcal		kcal		kcal		kcal		kcal
<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>	
ARROZ NEGRO	559	SOPA DE COCIDO	424	PAELLA VALENCIANA	575	LENTEJAS CASERAS	467	CANELONES DE CARNE	485
ENSALADA PRIMAVERA	260	ENSALADA VALENCIANA	315	ENSALADA MIXTA	228	ENSALADA VALENCIANA	315	ENSALADA VARIADA	286
<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>	
PINCHOS MORUNOS CON PATATAS RISOLADAS	502	CODILLO DE CERDO AL HORNO	548	ROLLITOS DE PRIMAVERA CON ENSALADA	506	MUSLO DE POLLO ASADO AL CURRY CON ARROZ PILAF	517	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON PATATAS	423
<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>	
HERVIDO VALENCIANO	287	CREMA DE VERDURAS	297	MENESTRA REHOGADA	248	SOPA MINISTRONE	254	ESPINACAS REHOGADAS	310
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	446	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA CON BRÓCOLI	290	CHULETA DE SAJONIA CON PATATA ASADA	502	PECHUGA DE POLLO CON CALABACÍN	346	BOQUERONES A LA ANDALUZA CON TOMATE GRILLÉ	352

VALOR CALÓRICO BAJO

VALOR CALÓRICO MEDIO

VALOR CALÓRICO ALTO



Menú semanal

SEMANA DEL 12 AL 16 DE MARZO DE 2018



LUNES 12		MARTES 13		MIÉRCOLES 14		JUEVES 15		VIERNES 16	
	kcal		kcal		kcal		kcal		kcal
<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>	
SOPA CUBIERTA	300	FIDEUÁ	559	GAZPACHO MANCHEGO	503	PATATAS A LA RIOJANA	411	POTAJE DE GARBANZOS	523
ENSALADA VALENCIANA	315	ENSALADA DEL TIEMPO	236	ENSALADA PRIMAVERA	260	ENSALADA VARIADA	286	ENSALADA MIXTA	228
<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>	
RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA	561	ESCALOPE MILANESA CON PIMIENTO	559	LONGANIZAS CON PATATAS		MUSLO DE POLLO ASADO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ PILAF	522	ALBÓNDIGAS EN SALSA DE TOMATE	581
<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>	
HERVIDO VALENCIANO	287	CREMA DE VERDURAS	297	SOPA DE PESCADO	305	JUDIAS VERDES REHOGADAS	315	VERDURAS AL VAPOR	233
LENGUADINA A LA PLANCHA CON VERDURAS	299	JAMÓN COCIDO CON ESPÁRRAGOS Y QUESO FRESCO	321	ATÚN A LA PLANCHA CON TOMATE GRILLÉ	346	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON BERENJENA	362	MERLUZA A LA ANDALUZA CON CALABACÍN	388

VALOR CALÓRICO BAJO

VALOR CALÓRICO MEDIO

VALOR CALÓRICO ALTO



Menú semanal

SEMANA DEL 19 AL 23 DE MARZO DE 2018



LUNES	19	MARTES	20	MIÉRCOLES	21	JUEVES	22	VIERNES	23
<i>PRIMER PLATO</i>	kcal	<i>PRIMER PLATO</i>	kcal	<i>PRIMER PLATO</i>	kcal	<i>PRIMER PLATO</i>	kcal	<i>PRIMER PLATO</i>	kcal
		LENTEJAS CASERAS	467	PAELLA DE VERDURAS	575	SOPA CASTELLANA	368	SPAGHETTI A LA CARBONARA	593
		ENSALADA VALENCIANA	280	ENSALADA MIXTA	228	ENSALADA VALENCIANA	280	ENSALADA VARIADA	286
<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>	
		LOMO DE CERDO AL AJILLO CON PATATA ASADA	540	CORDON BLEU DE PAVO CON ENSALADA	495	MUSLO DE POLLO EN PEPITORIA CON ARROZ PILAF	460	BISTEC DE TERNERA A LA PLANCHA CON PATATAS	502
<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>	
		MENESTRA REHOGADA	248	HERVIDO VALENCIANO	287	CREMA DE VERDURAS	297	ESPINACAS REHOGADAS	310
		COLAS DE RAPE EN SALSA	441	EMPANADA DE ATÚN CON TOMATE NATURAL	506	PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON BRÓCOLI	329	CUARTO DE CONEJO EN SU JUGO	442

VALOR CALÓRICO BAJO

VALOR CALÓRICO MEDIO

VALOR CALÓRICO ALTO



Menú semanal

SEMANA DEL 26 AL 30 DE MARZO DE 2018



LUNES 26		MARTES 27		MIÉRCOLES 28		JUEVES 29		VIERNES 30	
	kcal		kcal		kcal		kcal		kcal
<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>		<i>PRIMER PLATO</i>	
FIDEOS A LA CAZUELA	364	ARROZ AL HORNO	596	HÉLICES DE PASTA A LA VINAGRETA	335	POTAJE DE GARBANZOS	523		
ENSALADA VALENCIANA	315	ENSALADA PRIMAVERA	260	ENSALADA VALENCIANA	315	ENSALADA VARIADA	286		
<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>		<i>SEGUNDO PLATO</i>	
CHULETAS DE PAVO CON PATATAS PANADERA	375	RABAS EMPANADAS CON PIMIENTO	492	MUSLO DE POLLO ASADO CON PATATAS RISOLADAS	430	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON PATATAS	423		
<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>		<i>PR. GÁSTRICA</i>	
HERVIDO VALENCIANO	287	CREMA DE VERDURAS	297	JUDIAS VERDES REHOGADAS	315	VERDURAS AL VAPOR	233		
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	446	JAMÓN COCIDO CON ESPÁRRAGOS Y QUESO FRESCO	321	PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON MENESTRA	352	MERLUZA A LA ANDALUZA CON CALABACÍN	388		

VALOR CALÓRICO BAJO

VALOR CALÓRICO MEDIO

VALOR CALÓRICO ALTO

