

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

Paella mixta (*Marisco y pollo*)
Bacalao madrileña
con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y leche
Pan

Crema de calabacín
Hamburguesa de ternera con patata panadera
Fruta y leche
Pan

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta y leche
Pan

Kcal. 720 P. 28 L. 28 H. 90

Kcal. 781 P. 27 L. 31 H. 99

Kcal. 670 P. 25 L. 19 H. 99

6

7

8

9

10

Arroz a la cubana
Tortilla de pavo con ensalada
de lechuga y zanahoria
Gelatina de frutas
Pan

Lentejas guisadas (*Cebolla, zanahoria y patata*)
Varitas de merluza al horno con pisto
Fruta y leche
Pan

Judías verdes salteadas con jamón
Escalope de pollo con patata frita
Fruta y leche
Pan

Patatas con costillas (*Cebolla, tomate y costilla*)
Filete de merluza en salsa verde
con guisantes salteados
Fruta y leche
Pan

Judías blancas estofadas
Lacón con patata cocida
Fruta y leche
Pan

Kcal. 579 P. 18 L. 20 H. 81

Kcal. 613 P. 34 L. 14 H. 87

Kcal. 702 P. 31 L. 31 H. 75

Kcal. 705 P. 27 L. 26 H. 90

Kcal. 847 P. 36 L. 27 H. 116

13

14

15

16

17

Macarrones italiana (*Cebolla, tomate y chorizo*)
Cinta de lomo plancha
con puré de patata y manzana
Yogur de frutas
Pan

Garbanzos estofados
Tortilla de York con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y leche
Pan

Arroz milanesa (*Verduras y magro*)
Filete de palometa
con ensalada de lechuga y maíz
(*Ajo, vinagre y pimentón*)
Fruta y leche
Pan

Puré de puerros
(*Patata, zanahoria, puerro y apio*)
Ternera guisada con patata dado
Fruta y leche
Pan

Lentejas burgalesa
Lenguado a la romana
con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y leche
Pan

Kcal. 771 P. 29 L. 40 H. 73

Kcal. 705 P. 29 L. 28 H. 85

Kcal. 717 P. 25 L. 27 H. 93

Kcal. 675 P. 25 L. 26 H. 85

Kcal. 605 P. 32 L. 16 H. 82

20

21

22

23

24

Arroz con champiñón
Salchichas de pavo con lechuga y zanahoria
Yogur de frutas
Pan

Lentejas hortelana (*Zanahoria, patata y pimienta*)
Rabas de calamar con ensalada mixta
Fruta y leche
Pan

Coliflor rebozada
Tortilla de patata con loncha de York
Fruta y leche
Pan

Patatas riojana (*Cebolla, tomate y chorizo*)
Tronquito de merluza al horno
con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y leche
Pan

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta y leche
Pan

Kcal. 627 P. 27 L. 28 H. 68

Kcal. 754 P. 41 L. 27 H. 86

Kcal. 674 P. 23 L. 36 H. 66

Kcal. 786 P. 27 L. 33 H. 96

Kcal. 670 P. 25 L. 19 H. 99

27

28

29

30

31

Canelones de atún
Sajonia a la piña con verduras
Natillas
Pan

Arroz tres delicias
Bacalao madrileña con ensalada mixta
Fruta y leche
Pan

Crema de verdura
Pollo al chilindrón con patata panadera
Fruta y leche
Pan

Espaguetis con queso al gratén
(*Jamón de York, tomate y queso*)
Empanadillas de atún al horno
Fruta y leche
Pan

Festivo

Kcal. 743 P. 36 L. 23 H. 82

Kcal. 674 P. 27 L. 22 H. 92

Kcal. 689 P. 27 L. 23 H. 94

Kcal. 666 P. 32 L. 19 H. 93

Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ L: Lípidos/ H: Hidratos de Carbono
Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total.

Avda. Montes de Oca, N° 19, nave 24
S.S. de los Reyes, Madrid
www.cutasa.com

