

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1 Judías blancas guisadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan 586 Kcal 23,1g Prot 7,7g Lip 110g Hc	2 Macarrones con tomate y orégano Merluza a la naranja con patatas Fruta de temporada c Pan integral 944 Kcal 49,3g Prot 29,7g Lip 118,2g Hc 0,5g Sal
5 Crema de verduras Gallineta en salsa encebollada con piperrada Fruta Pan 666 Kcal 29,2g Prot 23g Lip 88,9g Hc	6 Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Fruta Pan 926 Kcal 40,8g Prot 28,9g Lip 124,1g Hc 3,2g Sal	7 Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan integral 565 Kcal 13,4g Prot 10,7g Lip 106,9g Hc 0,6g Sal	8 Coditos con tomate y albahaca Jamoncitos de pollo en salsa de verduras con patatas Fruta Pan 1220 Kcal 27,7g Prot 32,1g Lip 208,5g Hc 1,1g Sal	9 Sopa de verdura y fideos Cocido con pollo Fruta Pan integral 696 Kcal 28,1g Prot 24,5g Lip 98,9g Hc 0,4g Sal
12 Sopa de verdura y fideos Merluza a la naranja con patatas Fruta Pan 753 Kcal 40,7g Prot 30,5g Lip 78,3g Hc 0,5g Sal	13 Judías verdes salteadas Tortilla de patata con verduras Fruta Pan 655 Kcal 17,3g Prot 22,2g Lip 97,4g Hc 0,6g Sal	14 Garbanzos estofados con hortalizas Jamoncitos de pollo en salsa de verduras con patatas Fruta Pan integral 1179 Kcal 36,8g Prot 27,8g Lip 205,8g Hc 1,1g Sal	15 Arroz con salsa de tomate Merluza al horno en salsa de calabacín con patatas Fruta Pan 925 Kcal 46g Prot 25,1g Lip 127,5g	16 Guisantes al ajillo Albóndigas de ternera a la jardinera Fruta Pan integral 879 Kcal 42,3g Prot 35,6g Lip 98,1g Hc 1,1g Sal
19 Macarrones con tomate y orégano Cinta de lomo adobado en salsa con patatas Fruta Pan 843 Kcal 43,3g Prot 23g Lip 123g Hc 0,4g Sal	20 Sopa de verdura y fideos Cocido con pollo Fruta Pan 690 Kcal 26,6g Prot 23,7g Lip 101g Hc 0,4g Sal	21 Crema de calabacín Tortilla francesa con patatas Fruta Pan integral 673 Kcal 19,8g Prot 24,4g Lip 95,5g Hc 1,5g Sal	22 Patatas estofadas con hortalizas Bacalao en salsa con verduras eco con patatas Fruta Pan 853 Kcal 29,7g Prot 24,2g Lip 121,1g	23 Lentejas estofadas con hortalizas Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan integral 711 Kcal 29,6g Prot 17,8g Lip 105,5g Hc 1,1g Sal
26 Crema de calabaza Tortilla de patata con verduras Fruta Pan C 708 Kcal 17,2g Prot 24,3g Lip 106,8g Hc 0,6g Sal	27 Coditos con tomate y albahaca Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan 956 Kcal 30,9g Prot 37,4g Lip 125,8g	28 Sopa de verdura y fideos Dorado en salsa de hortalizas con patata Fruta Pan integral 704 Kcal 37,3g Prot 29,1g Lip 77,2g	29 Garbanzos estofados con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Fruta Pan 849 Kcal 39,6g Prot 24g Lip 128g Hc 3,2g Sal	30 Paella de verduras Magro de cerdo con verduras Fruta Pan integral 964 Kcal 41g Prot 31g Lip 115,8g Hc 0,9g Sal

CATASA N.º R.S. (26.019999/M). Menú elaborado por Inés Varas Fernández, Graduada en nutrición Humana y Dietética.

Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en menús de alergias y cualquier otra información sobre alérgenos en el etiquetado del producto. CATASA, de acuerdo al RD 126/2015 suministra comidas específicamente adaptadas a los consumidores con alergias y necesidades especiales, para cualquier información contacte con nuestras oficinas centrales.

