

MENÚ OCTUBRE RESIDENCIA TRITURADO

NºRGSEAA 26.05434/GR

				VIERNES 01
				CREMA COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata ECO, zanahorias ECO) CREMA ABADEJO EN SALSA CON ZANAHORIAS (cherna, zanahorias ECO) FRUTA
				Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
CREMA DE POLLO (patata ECO, calabaza, pollo, puerro) CREMA JAMÓN EN SALSA CON PATATA (patata ECO, carne de jamón, tomate ECO) FRUTA	CREMA DE PATATA (patata ECO, calabaza, puerro) CREMA DE CARNE CON VERDURAS (patata ECO, calabaza, pollo, puerro) FRUTA	CREMA DE POLLO (patata ECO, calabaza, pollo, puerro) CREMA DE MERLUZA CON GUISANTES (merluza, zanahorias ECO, cebolla ECO, guisante) YOGURT	CREMA LENTEJAS JARDINERAS (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) CREMA HUEVO CON PATATA (huevo, patatas) FRUTA	CREMA DE VERDURAS (patata ECO, calabain, zanahoria, puerro) BOLITAS DE PESCADO EN SALSA CON VERDURAS (bacalao/pescada, tomate, zanahoria, patata) FRUTA
Energía: 435 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lipido: 30 % Proteína: 12 %
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
CREMA LENTEJAS A LA CASTELLANA (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) CREMA DE HUEVO YORK Y JUDIA VERDE (huevo, jamon york, judía verde) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (patata ECO, calabaza, puerro) CREMA MERLUZA CON TOMATE Y ATUN (merluza, tomate, atun) FRUTA	CREMA ALUBIAS ESTOFADAS (Tomate ECO, pimiento, cebolla ECO, alubia blanca) CREMA DE SALCHICHA CON TOMATE Y ARROZ (carne de cerdo, tomate frito, arroz) YOGURT	CREMA ARROZ CON CARNE (carne de cerdo, arroz, tomate ECO) FILETE DE LENGUADO EN SALSA CON VERDURITAS (lenguado, cebolla ECO, zanahorias ECO) FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA (patata ECO, calabain, zanahoria, puerro) CREMA DE HAMBURGUESA (carne de pollo/ternera) FRUTA
Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
CREMA COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata ECO, zanahorias ECO) CREMA LOMO ADOBADO CON PATATA (lomo adobado, patata) FRUTA	CREMA DE FIDEUA (pasta trigo, tomate, aceitunas, cebolla) CREMA MERLUZA EN SALSA CON VERDURITAS (merluza, cebolla ECO, zanahorias ECO) FRUTA	CREMA DE PESCADA (pescada, Pasta trigo, zanahorias ECO) CREMA HUEVO CON PATATA (huevo, patatas) YOGURT	CREMA LENTEJAS ESTOFADAS (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) CREMA ALBONDIGAS CON TOMATE Y VERDURAS (pollo, ternera, zanahoria, TRIGO, cebolla ECO patatas) FRUTA	CREMA DE PUERRO (patata ECO, calabain, zanahoria, puerro) CREMA DE CALAMAR (calamara, harina) FRUTA
Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
CREMA ESTOFADO DE CARNE (patata ECO, chorizo, tomate ECO) CREMA DE PESCADO (patata, meluza, zanahoria) FRUTA	CREMA DE POLLO (tomate ECO, jamon, cebolla ECO) CREMA HUEVO CON PATATA (huevo, patatas) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (patata ECO, calabaza, zanahoria, puerro) CREMA DE PECHUGA STROGONOFF (pechuga pollo, nata, zanahoria, harina) YOGURT	CREMA POTAJE DE GARBANZOS (garbanzos, zanahoria, pimiento rojo, patata) CREMA LENGUADO (lenguado, tomate, zanahorias ECO, judía verde, patata) FRUTA	CREMA PATATAS A LA RIOJANA (patata ECO, chorizo, tomate ECO) CREMA DE LOMO CON ARROZ (lomo, queso, arroz) FRUTA
Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 636 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 424 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lipido: 30 % Proteína: 12 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lipido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lipido: 30 % Proteína: 14 %

Verificado por: Laboratorio Jiménez y Medina S.L. CA-114718