



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de chicharos Tortilla francesa con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1</span>	Macarrones con tomate Lomo adobado con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2</span>	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de merluza con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3</span>	Lentejas con verduras Pinchito de pollo con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">4</span>
	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Fideua Lomo en salsa con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">7</span>	Cocido andaluz Merluza en salsa verde con remolacha aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">8</span>	Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">9</span>	Lentejas estofadas verduras Bocaditos de rosada con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">10</span>	Patatas guisadas con verduras Albondigas carne en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">11</span>
Kcal: 670 P:   HC: 96   L: 22	Kcal: 657   HC: 93   L: 21	Kcal: 608 P:   HC: 84   L: 20	Kcal: 651 P:   HC: 90   L: 23	Kcal: 599 P:   HC: 84   L: 19
Arroz a la marinera palomitas pollo con remolacha aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">14</span>	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">15</span>	Lacitos a la napolitana Merluza en salsa con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">16</span>	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pollo encebollada con patatas parisinas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">17</span>	Puchero con fideos palitos de merluza con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">18</span>
Kcal: 675 P:   HC: 96   L: 23	Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Lentejas estofadas con verduras San marino con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">21</span>	Patatas guisadas con caella Lomo en salsa con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">22</span>	Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">23</span>	Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacin con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">24</span>	Potaje de chicharos Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">25</span>
Kcal: 678 P:   HC: 99   L: 22	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Arroz con verduras Hamburguesa merluza encebollada con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">28</span>	Potaje de chicharos Filete pollo en salsa la cazuela con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">29</span>	Puchero con estrellas Tortilla de patatas con ensalada mixta fruta		
Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21		

Es importante tener en cuenta lo que ha comido vuestro hijo a lo largo del día para poder aportar en la cena los alimentos y nutrientes necesarios para complementar la dieta con las cantidades adecuadas y preparaciones de fácil digestión (vapor, hervido, horno...).

Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres.  
Para cenar es recomendable: Verduras\*

Si al medio día ha comido de primero: Verdura  
Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata\*

Si al medio día ha comido de segundo: Pescado  
Para cenar: Carne o huevo

Si al medio día ha comido de segundo: Carne o huevo  
Para cenar: Pescado

Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones.

\* Plato o guarnición

**Nutricionista**

Estela Pino Pérez

Nº Reg.San: 26,0013818/SE



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de chicharos Tortilla francesa con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1</span>	Macarrones con tomate Queso fresco con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2</span>	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de merluza con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3</span>	Lentejas con verduras Pinchito de pollo con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">4</span>
	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Fideua Queso fresco con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">7</span>	Cocido andaluz Merluza en salsa verde con remolacha aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">8</span>	Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">9</span>	Lentejas estofadas verduras Bocaditos de rosada con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">10</span>	Patatas guisadas con verduras Albondigas carne en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">11</span>
Kcal: 670 P:   HC: 96   L: 22	Kcal: 657   HC: 93   L: 21	Kcal: 608 P:   HC: 84   L: 20	Kcal: 651 P:   HC: 90   L: 23	Kcal: 599 P:   HC: 84   L: 19
Arroz a la marinera palomitas pollo con remolacha aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">14</span>	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">15</span>	Lacitos a la napolitana Merluza en salsa con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">16</span>	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pollo encebollada con patatas parisinas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">17</span>	Sopa de verduras con fideos palitos de merluza con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">18</span>
Kcal: 675 P:   HC: 96   L: 23	Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Lentejas estofadas con verduras Palitos de queso con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">21</span>	Patatas guisadas con caella Queso fresco con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">22</span>	Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">23</span>	Sopa de verduras con arroz Tortilla de calabacin con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">24</span>	Potaje de chicharos Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">25</span>
Kcal: 678 P:   HC: 99   L: 22	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Arroz con verduras Hamburguesa merluza encebollada con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">28</span>	Potaje de chicharos Filete pollo en salsa la cazuela con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">29</span>	Sopa de verduras con estrellas Tortilla de patatas con ensalada mixta fruta		
Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21		

Es importante tener en cuenta lo que ha comido vuestro hijo a lo largo del día para poder aportar en la cena los alimentos y nutrientes necesarios para complementar la dieta con las cantidades adecuadas y preparaciones de fácil digestión (vapor, hervido, horno...).

Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres.  
Para cenar es recomendable: Verduras\*

Si al medio día ha comido de primero: Verdura  
Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata\*

Si al medio día ha comido de segundo: Pescado  
Para cenar: Carne o huevo

Si al medio día ha comido de segundo: Carne o huevo  
Para cenar: Pescado

Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones.

\* Plato o guarnición

**Nutricionista**

Estela Pino Pérez

Nº Reg.San: 26,0013818/SE



**Centro:**

**SALESIANOS TRINIDAD**

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de chicharos Tortilla francesa con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1</span>	Macarrones con tomate Lomo adobado con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2</span>	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de merluza casera con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3</span>	Lentejas con verduras Pinchito de pollo con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">4</span>
	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Fideua Lomo en salsa con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">7</span>	Cocido andaluz Merluza en salsa verde con remolacha aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">8</span>	Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">9</span>	Lentejas estofadas verduras Merluza en salsa con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">10</span>	Patatas guisadas con verduras Albondigas de pollo casera en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">11</span>
Kcal: 670 P:   HC: 96   L: 22	Kcal: 657   HC: 93   L: 21	Kcal: 608 P:   HC: 84   L: 20	Kcal: 651 P:   HC: 90   L: 23	Kcal: 599 P:   HC: 84   L: 19
Arroz a la marinera palomitas pollo con remolacha aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">14</span>	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">15</span>	Lacitos con tomate Merluza en salsa con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">16</span>	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pollo encebollada con patatas parisinas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">17</span>	Puchero con fideos Merluza en salsa con coliflor aliñada fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">18</span>
Kcal: 675 P:   HC: 96   L: 23	Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno con pisto fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">21</span>	Patatas guisadas con caella Lomo en salsa con coliflor aliñada yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">22</span>	Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">23</span>	Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacin con ensalada mixta yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">24</span>	Potaje de chicharos Albondigas de pollo casera en salsa con patatas parisinas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">25</span>
Kcal: 678 P:   HC: 99   L: 22	Kcal: 605   HC: 83   L: 21	Kcal: 646 P:   HC: 89   L: 22	Kcal: 629 P:   HC: 86   L: 21	Kcal: 620 P:   HC: 87   L: 20
Arroz con verduras Hamburguesa merluza casera encebollada con zanahorias aliñadas fruta <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">28</span>	Potaje de chicharos Filete pollo en salsa la cazuela con judias verdes aliñadas yoqur <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">29</span>	Puchero con estrellas Tortilla de patatas con ensalada mixta fruta		
Kcal: 640   HC: 93   L: 20	Kcal: 650 P:   HC: 90   L: 22	Kcal: 653 P:   HC: 93   L: 21		

Es importante tener en cuenta lo que ha comido vuestro hijo a lo largo del día para poder aportar en la cena los alimentos y nutrientes necesarios para complementar la dieta con las cantidades adecuadas y preparaciones de fácil digestión (vapor, hervido, horno...).

Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres.  
Para cenar es recomendable: Verduras\*

Si al medio día ha comido de primero: Verdura  
Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata\*

Si al medio día ha comido de segundo: Pescado  
Para cenar: Carne o huevo

Si al medio día ha comido de segundo: Carne o huevo  
Para cenar: Pescado

Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones.

\* Plato o guarnición

**Nutricionista**

Estela Pino Pérez

Nº Reg.San: 26,0013818/SE

\* La Cazuela Catering S.L. se reserva el derecho de cambiar algunos platos si por causas ajenas a su voluntad se viera obligado a ello. Menús elaborados por el departamento de nutrición de La Cazuela Catering S.L.

\* Disponemos de seguro de Responsabilidad Civil. Nuestros menús están elaborados con aceite de oliva virgen extra.