



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 FESTIVO	2 Puchero con estrellas bocaditos rosada coliflor aliñada fruta
				Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23
Arroz a la marinera 5 Mini hamburguesa encebollada con pisto yogur	6 FESTIVO	7 Patatas guisadas con carne Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta	8 Potaje de chicharos Merluza en salsa verde con patatas parisinas yogur	9 Ensalada de pasta Albóndigas de pollo y ternera salsa con ensalada mixta fruta
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
12 Fideua Lomo en salsa con zanahorias aliñadas fruta	13 Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada mixta yogur	14 Puchero andaluz con arroz Mini salchichas en salsa con patatas parisinas fruta	15 Macarrones con tomate palitos merluza con judias verdes aliñadas yogur	16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta
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
19 Lentejas estofadas con verduras calamares romana con pisto fruta	20 Puchero andaluz con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas yogur	21 Macarrones a la napolitana merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta	22 Potaje de chicharos Tortilla de calabacín con coliflor aliñada yogur	23 Patatas guisadas con verduras Pinchito de pollo con patatas parisinas fruta
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
26 Sopa de pescado con fideos palomitas de pollo con zanahorias aliñadas fruta	27 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas cebolla con ensalada mixta yogur	28 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa con judias verdes aliñadas fruta	29 Arroz con tomate Lomo adobado con patatas parisinas yogur	30 Lentejas con verduras Hamburguesa merluza encebollada con coliflor aliñada fruta
Kcal: 608 P: 21 HC: 86 L: 20	Kcal: 604 P: 20 HC: 86 L: 20	Kcal: 640 P: 23 HC: 92 L: 20	Kcal: 633 P: 23 HC: 88 L: 21	Kcal: 642 P: 21 HC: 90 L: 22

Es importante tener en cuenta lo que ha comido 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

Estelapp

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. Nuestros lácteos son productos Nestle.



MENÚ BASAL SIN CERDO

Mes

ENERO 2026

Centro:

SALESIANOS DE TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 FESTIVO	2 Sopa de verduras con arroz bocaditos rosada fruta
				Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23
Arroz a la marinera 5 Mini hamburguesa encebollada yogur	6 FESTIVO	7 Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa fruta	8 Potaje de chicharos Merluza en salsa verde yogur	9 Ensalada de pasta Albóndigas de pollo y ternera salsa fruta
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
12 Fideua Queso fresco fruta	13 Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa con atún yogur	14 Sopa de verduras con arroz Mini salchichas de pollo en salsa fruta	15 Macarrones con tomate palitos merluza yogur	16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela fruta
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
19 Lentejas estofadas con verduras calamares romana fruta	20 Sopa de verduras con arroz Hamburguesa de pollo yogur	21 Macarrones a la napolitana merluza en salsa de zanahorias fruta	22 Potaje de chicharos Tortilla de calabacín yogur	23 Patatas guisadas con verduras Pinchito de pollo fruta
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
26 Sopa de pescado con fideos palomitas de pollo fruta	27 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas cebolla yogur	28 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa fruta	29 Arroz con tomate Queso fresco yogur	30 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa merluza encebollada fruta
Kcal: 608 P: 21 HC: 86 L: 20	Kcal: 604 P: 20 HC: 86 L: 20	Kcal: 640 P: 23 HC: 92 L: 20	Kcal: 633 P: 23 HC: 88 L: 21	Kcal: 642 P: 21 HC: 90 L: 22

Es importante tener en cuenta lo que ha comido 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

Estelapp

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. Nuestros lácteos son productos Nestle.



MENÚ BASAL SIN TOMATE CRUDO, F. SECOS Y PIEL DE FRUTA

Mes

ENERO 2026

Centro:

SALESIANOS DE TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 FESTIVO	2 Puchero con estrellas Merluza en salsa coliflor aliñada fruta
				Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23
Arroz a la marinera 5 Mini hamburguesa encebollada con pisto yogur	6 FESTIVO	7 Patatas guisadas con carne Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta	8 Potaje de chicharos Merluza en salsa verde con patatas parisinas yogur	9 Ensalada de pasta Albóndigas de pollo y ternera salsa con ensalada mixta fruta
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
12 Fideua Lomo en salsa con zanahorias aliñadas fruta	13 Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada mixta yogur	14 Puchero andaluz con arroz Mini salchichas sin alergen en salsa con patatas parisinas fruta	15 Macarrones salteados merluza en salsa con judias verdes aliñadas yogur	16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta
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
19 Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa con pisto fruta	20 Puchero andaluz con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas yogur	21 Macarrones salteados merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta	22 Potaje de chicharos Tortilla de calabacín con coliflor aliñada yogur	23 Patatas guisadas con verduras Pinchito de pollo con patatas parisinas fruta
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
26 Sopa de pescado con fideos palomitas de pollo con zanahorias aliñadas fruta	27 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas cebolla con ensalada mixta yogur	28 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa con judias verdes aliñadas fruta	29 Arroz salteado Lomo adobado con patatas parisinas yogur	30 Lentejas con verduras Hamburguesa merluza casera encebollada con coliflor aliñada fruta
Kcal: 608 P: 21 HC: 86 L: 20	Kcal: 604 P: 20 HC: 86 L: 20	Kcal: 640 P: 23 HC: 92 L: 20	Kcal: 633 P: 23 HC: 88 L: 21	Kcal: 642 P: 21 HC: 90 L: 22

Es importante tener en cuenta lo que ha comido 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

Estelapp

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. Nuestros lácteos son productos Nestle.



MENÚ BASAL SIN CACAHUETES

Mes

ENERO 2026

Centro:

SALESIANOS DE TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		<p>Es importante tener en cuenta lo que ha comido 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...).</p> <p>Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres.</p> <p>Para cenar es recomendable: Verduras*</p> <p>Si al medio día ha comido de primero: Verdura</p> <p>Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata*</p> <p>Si al medio día ha comido de segundo: Pescado</p> <p>Para cenar: Carne o huevo</p> <p>Si al medio día ha comido de segundo: Carne o huevo</p> <p>Para cenar: Pescado</p> <p>Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones.</p> <p>* Plato o guarnición</p>
						1 FESTIVO		2 Puchero con estrellas Merluza en salsa coliflor aliñada fruta		
								Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23		
Arroz a la marinera 5 Mini hamburguesa encebollada con pisto yogur		6 FESTIVO		7 Patatas guisadas con carne Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta		8 Potaje de chicharos 8 Merluza en salsa verde con patatas parisinas yogur		9 Ensalada de pasta 9 Albóndigas de pollo y ternera salsa con ensalada mixta fruta		
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23				Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20		
12 Fideua Lomo en salsa con zanahorias aliñadas fruta		13 Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada mixta yogur		14 Puchero andaluz con arroz Mini salchichas sin alergenosen salsa con patatas parisinas fruta		15 Macarrones con tomate 15 merluza en salsa con judias verdes aliñadas yogur		16 Potaje de garbanzos 16 filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta		
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		
19 Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa con pisto fruta		20 Puchero andaluz con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas yogur		21 Macarrones a la napolitana merluza en salsa de zanahorias con judias verdes aliñadas fruta		22 Potaje de chicharos 22 Tortilla de calabacín con coliflor aliñada yogur		23 Patatas guisadas con verduras Pinchito de pollo con patatas parisinas fruta		
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		
26 Sopa de pescado con fideos palomitas de pollo con zanahorias aliñadas fruta		27 Potaje de garbanzos 27 Tortilla de patatas cebolla con ensalada mixta yogur		28 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa con judias verdes aliñadas fruta		29 Arroz con tomate 29 Lomo adobado con patatas parisinas yogur		30 Lentejas con verduras 30 Hamburguesa merluza casera encebollada con coliflor aliñada fruta		
Kcal: 608 P: 21 HC: 86 L: 20		Kcal: 604 P: 20 HC: 86 L: 20		Kcal: 640 P: 23 HC: 92 L: 20		Kcal: 633 P: 23 HC: 88 L: 21		Kcal: 642 P: 21 HC: 90 L: 22		
<div>Nutricionista</div> <div>Estela Pino Pérez</div> <div>Estelapp</div>										
Nº Reg.San: 26,0013818/SE										

Nutricionista

Estela Pino Pérez

Estelapp

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. Nuestros lácteos son productos Nestle.