

MENÚ BASAL

Centro: SALESIANOS DE TRINIDAD

Mes

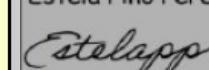
ENERO 2026

Recomendaciones

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | |
|---|---|---|---|--|---|
| | | | 1 FESTIVO | 2 Puchero con estrellas bocaditos rosada coliflor aliñada fruta | 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* |
| 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 | Si al medio día ha comido de primero: Verdura Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata* |
| 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 | 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 |
| Fideua 12 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 judías verdes aliñadas yogur | 16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta | Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones. |
| 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 | * Plato o guarnición |
| Lentejas estofadas con verduras 20 calamares romana con pisto fruta | 21 Puchero andaluz con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas yogur | 22 Macarrones a la napolitana merluza en salsa de zanahorias con judías verdes aliñadas fruta | 23 Potaje de chicharos Tortilla de calabacín con coliflor aliñada yogur | 24 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 | |
| Sopa de pescado con fideos 25 palomitas de pollo con zanahorias aliñadas fruta | 26 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas cebolla con ensalada mixta yogur | 27 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa con judías verdes aliñadas fruta | 28 Arroz con tomate Lomo adobado con patatas parisinas yogur | 29 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 | |
| * 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. | | | | | Nº Reg.San: 26,0013818/SE |
| * Disponemos de seguro de Responsabilidad Civil. Nuestros menús están elaborados con aceite de oliva virgen extra. Nuestros lácteos son productos Nestle. | | | | | |

Nutricionista

Estela Pino Pérez



MENÚ BASAL SIN CERDO

Centro: **SALESIANOS DE TRINIDAD**

Mes

ENERO 2026

Recomendaciones

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | |
|---|---|--|---|---|--|
| | | | 1 FESTIVO | 2 Sopa de verduras con arroz bocaditos rosada fruta | 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...). |
| 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 | Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres. Para cenar es recomendable: Verduras* |
| 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 | Si al medio día ha comido de primero: Verdura Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata* |
| Fideua 12 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 | 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 |
| 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 | Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones. |
| Lentejas estofadas con verduras 20 calamares romana fruta | 21 Sopa de verduras con arroz Hamburguesa de pollo yogur | 22 Macarrones a la napolitana merluza en salsa de zanahorias fruta | 23 Potaje de chicharos Tortilla de calabacín yogur | 24 Patatas guisadas con verduras Pinchito de pollo fruta | * Plato o guarnición |
| 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 | |
| Sopa de pescado con fideos 25 palomitas de pollo fruta | 26 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas cebolla yogur | 27 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa fruta | 28 Arroz con tomate Queso fresco yogur | 29 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa merluza encebollada fruta | Nutricionista Estela Pino Pérez  |
| 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 | 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 | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 FESTIVO | 2 Puchero con estrellas Merluza en salsa coliflor aliñada fruta | 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* |
| 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 | Si al medio día ha comido de primero: Verdura Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata* |
| 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 | 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 |
| Fideua 12 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 alergenos en salsa con patatas parisinas fruta | 15 Macarrones salteados merluza en salsa con judías verdes aliñadas yogur | 16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta | Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones. |
| 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 | * Plato o guarnición |
| Lentejas estofadas con 19 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 judías 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 | |
| Sopa de pescado con 26 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 judías 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 | 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.

Nutricionista

Estela Pino Pérez

MENÚ BASAL SIN CACAHUETES

Centro: **SALESIANOS DE TRINIDAD**

Mes

ENERO 2026

Recomendaciones

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | |
|---|---|---|--|---|---|
| | | | 1 FESTIVO | 2 Puchero con estrellas Merluza en salsa coliflor aliñada fruta | 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* |
| 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 | Si al medio día ha comido de primero: Verdura Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata* |
| 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 | 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 |
| Fideua 12 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 alergenos en salsa con patatas parisinas fruta | 15 Macarrones con tomate merluza en salsa con judías verdes aliñadas yogur | 16 Potaje de garbanzos filete pollo en salsa la cazuela con coliflor aliñada fruta | Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones. |
| 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 | * Plato o guarnición |
| Lentejas estofadas con verduras 19 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 judías 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 | |
| Sopa de pescado con fideos 26 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 judías verdes aliñadas fruta | 29 Arroz con tomate 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 | |
| * 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. | | | | | Nº Reg.San: 26,0013818/SE |
| * Disponemos de seguro de Responsabilidad Civil. Nuestros menús están elaborados con aceite de oliva virgen extra. Nuestros lácteos son productos Nestle. | | | | | |

Nutricionista

Estela Pino Pérez

Estelapp