

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1 Alubias blancas estofadas con hortalizas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Yogur 917 Kcal 27,3g Prot 49,5g Lip 86,3g	2 Macarrones con tomate y bacon Merluza a la naranja con verduras Fruta de temporada c Pan integral 900 Kcal 52,8g Prot 22,7g Lip 120,4g Hc 1,6g Sal
5 Crema de verduras eco. Gallineta a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 771 Kcal 32,7g Prot 26g Lip 100,7g Hc 1,1g Sal	6 Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Fruta Pan 975 Kcal 43,4g Prot 35,4g Lip 118,7g Hc 4,3g Sal	7 Patatas estofadas a la riojana Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta 1077 Kcal 25,2g Prot 58,6g Lip 110,3g Hc 3,6g Sal	8 Coditos con tomate y queso Pollo asado con verduras salteadas Yogur Pan 1033 Kcal 63,1g Prot 45,4g Lip 83,8g Hc 4,3g Sal	9 Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta 1073 Kcal 34g Prot 57,3g Lip 108,7g
12 Sopa de picadillo Dados de rosada con patatas Fruta Pan 759 Kcal 20,3g Prot 30,1g Lip 103g Hc 1,2g Sal	13 Judías verdes con jamón Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 747 Kcal 21,6g Prot 25,7g Lip 109g Hc 0,9g Sal	14 Garbanzos estofados con hortalizas Mini Rollitos de primavera Ensalada de lechuga y maíz Fruta 781 Kcal 22,9g Prot 32,4g Lip 107,3g Hc 0,8g Sal	15 Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa con calabacín Ensalada de lechuga y remolacha Yogur 895 Kcal 44,8g Prot 32,4g Lip 97,1g Hc 1,4g Sal	16 Crema de guisantes eco Albóndigas en salsa finas hierbas con patatas Fruta Pan integral 950 Kcal 37,4g Prot 40,3g Lip 106,8g
19 Macarrones en salsa boloñesa Cinta de lomo en salsa con verduras y patatas Fruta Pan 821 Kcal 50,9g Prot 15,7g Lip 121,7g Hc 1,2g Sal	20 Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 970 Kcal 32,2g Prot 46,4g Lip 109,8g Hc 2,1g Sal	21 Crema de calabacín eco Tortilla francesa con patatas Fruta Pan integral 775 Kcal 20,3g Prot 31,3g Lip 101,9g Hc 1,8g Sal	22 Porrusalda Merluza a la romana Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur 958 Kcal 25g Prot 55,7g Lip 75,2g Hc	23 Lentejas estofadas con hortalizas Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan integral 734 Kcal 30,3g Prot 18,3g Lip 108,9g Hc 1,1g Sal
26 Crema de calabaza eco Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 826 Kcal 19,4g Prot 32,6g Lip 115,1g Hc 0,9g Sal	27 Coditos con tomate y albahaca Hamburguesa a la jardinera Ensalada de lechuga y remolacha Fruta 1031 Kcal 31,4g Prot 43,2g Lip 129,8g Hc 2,4g Sal	28 Sopa de puchero Dorado en salsa de verdura y patata panadera Fruta Pan integral 679 Kcal 40g Prot 20,1g Lip 88,6g Hc	29 Garbanzos estofados con hortalizas Croquetas de espinacas Ensalada de lechuga y maíz Yogur 989 Kcal 24,2g Prot 47,3g Lip 110,5g Hc 1g Sal	30 Paella marinera Magro de cerdo guisado con hortalizas Fruta Pan integral 972 Kcal 44,6g Prot 33,8g Lip 118,1g

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.

