

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7 Arroz integral con salsa de tomate Lomo de sajonia en salsa de hortalizas y patatas Fruta Pan 850 Kcal 27,2g Prot 21,9g Lip 136g	8 Brócoli con patatas y queso Hamburguesa de ternera a la jardinera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta	9 Crema de calabacín eco Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 865 Kcal 22,1g Prot 33,4g Lip 117,4g Hc 0,9g Sal	1 Patatas estofadas a la riojana Gallineta en salsa marinera con zanahoria baby Ensalada de lechuga y maíz Yogur 1062 Kcal 36,1g Prot 57,8g Lip 89,5g	1 Sopa de ave con fideos Cocido completo Fruta Pan integral 813 Kcal 33g Prot 30,5g Lip 107,2g Hc 3,5g Sal
1 Lentejas estofadas con hortalizas Dorado menieir con pimientos salteados con ajitos Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 1008 Kcal 55,9g Prot 34,5g Lip 118,1g	1 Macarrones integrales con tomate y orégano Jamoncitos de pollo al horno con patata Fruta Pan	16 Crema de calabaza eco Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta 932 Kcal 21,3g Prot 43,6g Lip 114,8g Hc 0,9g Sal	17 Paella marinera Filete de pollo en salsa de hortalizas y patatas Yogur Pan 865 Kcal 34,2g Prot 35,6g Lip 94,3g Hc 5,1g Sal	18 Judías blancas estofadas con hortalizas Croquetas de espinacas Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 1053 Kcal 27,1g Prot 41,3g Lip
21 Brócoli con patatas Gallineta en salsa marinera con patatas Fruta Pan 675 Kcal 34,8g Prot 19,4g Lip 90,7g Hc 1,3g Sal	22 Sopa de ave con fideos Cocido completo Fruta Pan 807 Kcal 31,4g Prot 29,6g Lip 109,3g Hc 3,5g Sal	23 Arroz integral con salsa de tomate Filete de pollo en salsa con brócoli Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta 976 Kcal 37,4g Prot 41g Lip 114,1g Hc 2,9g Sal	24 Crema de verduras eco. Merluza a la romana Ensalada de lechuga y maíz Yogur 850 Kcal 29g Prot 44,7g Lip 73,8g Hc 1,5g Sal	25 Alubias pintas con hortalizas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta 841 Kcal 30,5g Prot 35,8g Lip 99,1g Hc 1,8g Sal
28 Lentejas con arroz Hamburguesa de ternera con salsa de tomate y patatas asadas Fruta Pan 847 Kcal 33,1g Prot 24,6g Lip 121,8g Hc 2,2g Sal	29 Crema de zanahoria eco Salmón al horno con patatas panaderas Fruta Pan 771 Kcal 37g Prot 29,9g Lip 89g Hc	30 Paella de verduras Pollo en pepitoria con patata Fruta Pan integral 1140 Kcal 55,1g Prot 46g Lip 126,3g Hc 1,8g Sal		

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.



