

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Judías blancas guisadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Yogur Pan 677 Kcal 38,1g Prot 23,9g Lip 96,9g	1 Plumas con tomate y orégano Merluza a la naranja con patatas Fruta de temporada c Pan integral 949 Kcal 46,2g Prot 29,8g Lip 122,6g Hc 0,8g Sal
5 Crema de verduras Gallineta en salsa encebollada con piperrada Fruta Pan 666 Kcal 29,2g Prot 23g Lip 88,9g Hc	6 Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Fruta Pan 926 Kcal 40,8g Prot 28,9g Lip 124,1g Hc 3,2g Sal	7 Patatas estofadas con hortalizas Salchichas de ave con salteado de zanahoria y maíz Fruta Pan integral 921 Kcal 27,7g Prot 40,6g Lip 114,2g Hc 0,5g Sal	8 Plumas con tomate y orégano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras con patatas Yogur Pan 1080 Kcal 22,7g Prot 27,6g Lip 181,5g Hc 1,5g Sal	9 Sopa de verdura y fideos Cocido con pollo Fruta Pan integral 696 Kcal 28,1g Prot 24,5g Lip 98,9g Hc 0,4g Sal
12 Sopa de verdura y fideos Merluza a la naranja con patatas Fruta Pan 753 Kcal 40,7g Prot 30,5g Lip 78,3g Hc 0,5g Sal	13 Judías verdes salteadas Pollo estofado con verduras Fruta Pan 702 Kcal 44,3g Prot 23g Lip 79,1g Hc 0,5g Sal	14 Garbanzos estofados con hortalizas Jamoncitos de pollo en salsa de verduras con patatas Fruta Pan integral 1179 Kcal 36,8g Prot 27,8g Lip 205,8g Hc 1,1g Sal	15 Arroz con salsa de tomate Merluza al horno en salsa de calabacín con patatas Yogur Pan 862 Kcal 44,4g Prot 28,8g Lip 97,1g	16 Guisantes al ajillo Albóndigas de ternera a la jardinera Fruta Pan integral 879 Kcal 42,3g Prot 35,6g Lip 98,1g Hc 1,1g Sal
19 Plumas con tomate y orégano Cinta de lomo adobado en salsa con patatas Fruta Pan 847 Kcal 40,1g Prot 23,1g Lip 127,4g Hc 0,5g Sal	20 Sopa de verdura y fideos Cocido con pollo Fruta Pan 690 Kcal 26,6g Prot 23,7g Lip 101g Hc 0,4g Sal	21 Crema de calabacín Magro de cerdo con verduras Fruta Pan integral 725 Kcal 38,3g Prot 18,9g Lip 86,2g Hc 0,9g Sal	22 Patatas estofadas con hortalizas Bacalao en salsa con verduras eco con patatas Yogur Pan 790 Kcal 28g Prot 28g Lip 90,7g Hc	23 Lentejas estofadas con hortalizas Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan integral 711 Kcal 29,6g Prot 17,8g Lip 105,5g Hc 1,1g Sal
26 Crema de calabaza Salmon al horno en salsa con patatas Fruta Pan C 697 Kcal 38,5g Prot 19g Lip 94,7g Hc	27 Plumas con tomate y orégano Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan 880 Kcal 27,5g Prot 29,1g Lip 129,2g	28 Sopa de verdura y fideos Dorado en salsa de hortalizas con patata Fruta Pan integral 704 Kcal 37,3g Prot 29,1g Lip 77,2g	29 Garbanzos estofados con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Yogur Pan 785 Kcal 37,9g Prot 27,7g Lip 97,6g Hc 3,4g	30 Paella de verduras Magro de cerdo con verduras Fruta Pan integral 964 Kcal 41g Prot 31g Lip 115,8g Hc 0,9g 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.

