



LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIERCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



VIERNES FRIDAY
DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA CON PATATAS CHIPS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
ALBONDIGAS EN SALSA A LA JARDINERA POSTRE LACTEO Y PAN
H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS 6
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

ESPIRALES CON TOMATE Y BACON 7
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 8
COCIDO COMPLETO (arbanzos, tocino, morcillo y chorizo) POSTRE LACTEO Y PAN
H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
FILETE DE LOMO ADOBADO AL AJILLO CON LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Tallarines with tomato
Loin with lettuce
Fruit and bread
H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694
Cena: Atun con tomat y ensalada
FIDEUA DE VERDURAS

GARBANZOS GUISADOS 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN
Chickpeas stewed
Hake in sauce orange with carrot
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701
Cena: Ragu de ternera con pure de patatas

SOPA DE ESTRELLAS 13
FILETE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Soup
Chicken filet with potatoes
Fruit and bread
H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688
Cena: Bacalao al horno con guisantes

ARROZ A LA MILANESA 14
TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Rice milanese
Omelete with lettuce and corn
Fruit and bread
H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 24,9 E(KCAL) 701
Cena: Hamburguesa de pollo y brocoli

PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA 15
BOCADITOS DE SEPIA Y MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetables puree
Sepia and empadillas with salad
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720
Cena: pollo a la plancha con chips verduras

SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN 18
Vegetables fideua
Sausage turkey in sauce tomato with salad
Fruit and bread
H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693
Cena: merluza a la pimienta con champiñon
tamburaer chicken with tomato and veaetables
Fruit and bread
H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693
Cena: merluza a la pimienta con champiñon

JUDIAS BLANCAS GUIDADDAS CON VERDURAS 19
DELICIAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN
Beans stewed with vegetables
Fish delicacies with salad
H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735
Cena: pollo asado con ensalada

DIA DEL NINO 20
ARROZ HINDU POLLO ESTILO ETIOPE
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Hindu rice
Ethiophe chicken
Fruit and bread
H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741
Cena: Lenguado al horno con verduras

CREMA DE ESPINACAS 21
TERNERA ASADA EN SALSA CON PATATAS AL VAPOR FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Spinach cream
Roasted veal in sauce with potatoes
Fruit and bread
H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 730
Cena: Albondigas de pescado con jardinera

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido with tomato
Hake in sauce with salad
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686
Cena: Pizza con base de coliflor y atun

JUDIAS VERDES REHOGADAS 25
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Green beans
Chicken fillet with salad
Fruit and bread
H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697
Cena: Salmon a la naranja con zanahoria

LENTEJAS GUISADAS CON CON VERDURAS 26
TORTILLA FRANCESA CON CALABACIN EN TEMPURA POSTRE LACTEO Y PAN
Lentils stewed with veaetables
Zucchini omelete in tempura
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735
Cena: chuleta de cerdo con tomate

MACARRONES REHOGADOS CON VERDURAS 27
MERLUZA EN SALSA MENIER CON ZANAHORIA BABY FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Macaroni with veaetavles
Hake in sauce menier with carrot
Fruit and bread
H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710
Cena: Filete dd tenera al ajillo con verduras

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 28
COCIDO COMPLETO (arbanzos, tocino, morcillo y chorizo) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Noodles soup
Chickeas,bacon, morcillo, chorizo
Fruit and bread
H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691
Cena: Hamburguesa de atun con patatas

PAELLA DE VERDURAS Y POLLO 29
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE CON PIMIENTO MORRON POSTRE LACTEO Y PAN
Paella with veaetables and chicken
Palometa in sacue tomate with deper
Dairy dessert and bread
H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)
Cena: Sopa minestrone con tortilla



C.C. PALOMERAS

NOVIEMBRE 2019

LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIERCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA
CON PATATAS CHIPS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
ALBONDIGAS EN SALSA
A LA JARDINERA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

ESPIRALES CON TOMATE 7
Y BACON
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA DE COCIDO 8
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
FILETE DE LOMO ADOBADO
AL AJILLO CON LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694

GARBANZOS GUISADOS 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701

SOPA DE ESTRELLAS 13
FILETE DE POLLO EMPANADO
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688

ARROZ A LA MILANESA 14
TORTILLA FRANCESA CON
LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 24,9 E(KCAL) 701

PURE DE VERDURAS 15
DE LA HUERTA
BOCADITOS DE SEPIA Y
MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720

FIDEUA DE VERDURAS 18
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693

JUDIAS BLANCAS GUIDADAS 19
CON VERDURAS
DELICIAS DE PESCADO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735

DIA DEL NINO
ARROZ HINDU 20
POLLO ESTILO ETIOPE
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741

CREMA DE ESPINACAS 21
TERNERA ASADA EN SALSA
CON PATATAS AL VAPOR
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 73

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686

JUDIAS VERDES REHOGADAS 25
ESCALOPE DE POLLO
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697

LENTEJAS GUISADAS CON 26
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735

MACARRONES REHOGADOS 27
CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIER
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710

SOPA DE COCIDO 28
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691

PAELLA DE VERDURAS 29
Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)

C.C. PALOMERAS

NOVIEMBRE 2019

MENÚ MUSULMAN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIÉRCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA
CON PATATAS CHIPS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
HAMBURGUESA DE POLLO
EN SALSA CON CHAMPINON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS 6
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

PASTA CON TOMATE 7
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA DE AVE 8
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, patata, morcillo)
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694

GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701

SOPA DE AVE 13
CON FIDEOS
FILETE DE POLLO EMPANADO
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688

ARROZ A LA MILANESA 14
TORTILLA FRANCESA CON
LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 249 E(KCAL) 701

PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA 15
BOCADITOS DE SEPIA Y
MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720

FIDEUA DE VERDURAS 18
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693

JUDIAS BLANCAS GUIDADAS
CON VERDURAS 19
DELICIAS DE PESCADO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735

DIA DEL NINO
ARROZ HINDU 20
POLLO ESTILO ETIOPE
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741

CREMA DE ESPINACAS 21
TERNERA ASADA EN SALSA
CON PATATAS AL VAPOR
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 73

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686

JUDIAS VERDES REHOGADAS 25
ESCALOPE DE POLLO
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697

LENTEJAS GUIADAS CON
CON VERDURAS 26
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735

MACARRONES REHOGADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIER
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710

SOPA DE AVE
CON FIDEOS 28
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, patata, morcillo)
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691

PAELLA DE VERDURAS
Y POLLO 29
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)

C.C. PALOMERAS

NOVIEMBRE 2019

MENÚ MUSULMAN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIÉRCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA
CON PATATAS CHIPS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
HAMBURGUESA VEGETAL
CON CHAMPINON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS 6
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

PASTA CON TOMATE 7
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA VEGETAL 8
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, patata, repollo)
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694

GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701

SOPA DE AVE 13
CON FIDEOS
ATUN A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688

ARROZ CON CHAMPINON 14
TORTILLA FRANCESA CON
LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 249 E(KCAL) 701

PURE DE VERDURAS 15
DE LA HUERTA
BOCADITOS DE SEPIA Y
MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720

FIDEUA DE VERDURAS 18
MERLUZA A LA PIMIENTA
CON VERDURAS ASADAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693

JUDIAS BLANCAS GUIDADAS
CON VERDURAS 19
DELICIAS DE PESCADO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735

DIA DEL NINO 20
ARROZ HINDU
ROLLITOS DE PRIMAVERA CON
ZANAHORIA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741

CREMA DE ESPINACAS 21
TORTILLA FRANCESA
CON BERENJENA ASADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 73

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686

JUDIAS VERDES REHOGADAS 25
ROLLITOS DE PRIMAVERA
CON PIMIENTO ASADO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697

LENTEJAS GUIADAS CON
CON VERDURAS 26
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735

MACARRONES REHOGADOS
CON VERDURAS 27
MERLUZA EN SALSA MENIER
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710

SOPA VEGETAL 28
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, patata, repollo)
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691

PAELLA DE VERDURAS 29
Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)

C.C. PALOMERAS

NOVIEMBRE 2019

MENÚ SIN JUDIAS VERDES



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIÉRCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA
CON PATATAS CHIPS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
ALBONDIGAS EN SALSA
A LA JARDINERA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

ESPIRALES CON TOMATE
Y BACON 7
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA DE COCIDO 8
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
FILETE DE LOMO ADOBADO
AL AJILLO CON LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694

GARBANZOS GUIADOS 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701

SOPA DE ESTRELLAS 13
FILETE DE POLLO EMPANADO
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688

ARROZ A LA MILANESA 14
TORTILLA FRANCESA CON
LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 249 E(KCAL) 701

PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA 15
BOCADITOS DE SEPIA Y
MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720

ARROZ CON VERDURAS 18
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693

JUDIAS BLANCAS GUIDADAS
CON VERDURAS 19
DELICIAS DE PESCADO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735

DIA DEL NINO
ARROZ HINDU 20
POLLO ESTILO ETIOPE
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741

CREMA DE ESPINACAS 21
TERNERA ASADA EN SALSA
CON PATATAS AL VAPOR
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 73

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686

CREMA DE CALABAZA 25
ESCALOPE DE POLLO
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697

LENTEJAS GUIADAS CON
CON VERDURAS 26
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735

MACARRONES REHOGADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIER
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS 28
COCIDO COMPLETO
(arbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691

ARROZ CON VERDURAS 29
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)

C.C. PALOMERAS

NOVIEMBRE 2019

MENÚ SIN LEGUMBRES



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES MONDAY

MARTES TUESDAY

MIÉRCOLES WEDNESDAY

JUEVES THURSDAY

VIERNES FRIDAY



DIA FESTIVO 1

CREMA DE CALABACIN 4
BACALO EN TEMPURA
CON PATATAS CHIPS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,1 PROT.(G) 23,2 LIP.(G) 37 E(KCAL) 753

ARROZ CON TOMATE 5
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON CHAMPINON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 86,7 PROT.(G) 18,9 LIP.(G) 34,2 E(KCAL) 742

PURE DE ZANAHORIA 6
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 19,9 LIP.(G) 28,7 E(KCAL) 815

ESPIRALES CON TOMATE Y BACON 7
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 94,3 PROT.(G) 33,9 LIP.(G) 15,7 E(KCAL) 873

SOPA DE COCIDO 8
CON FIDEOS
RAGU DE POLLO CON
CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 72,1 PROT.(G) 40,2 LIP.(G) 28,3 E(KCAL) 729

TALLARINES CON TOMATE 11
FILETE DE LOMO ADOBADO
AL AJILLO CON LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 93,7 PROT.(G) 32,7 LIP.(G) 18 E(KCAL) 694

CREMA DE CALABAZA 12
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 49,5 PROT.(G) 47,9 LIP.(G) 33,4 E(KCAL) 701

SOPA DE ESTRELLAS 13
FILETE DE POLLO EMPANADO
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 68,9 PROT.(G) 30,5 LIP.(G) 30,2 E(KCAL) 688

ARROZ A LA MILANESA 14
TORTILLA FRANCESA CON
LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,9 PROT.(G) 34 LIP.(G) 24,9 E(KCAL) 701

PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA 15
BOCADITOS DE SEPIA Y
MINIEMPANADILLAS CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,3 PROT.(G) 31,2 LIP.(G) 34,9 E(KCAL) 720

ARROZ CON VERDURAS 18
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,5 PROT.(G) 38,6 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 693

PURE DE ZANAHORIA 19
DELICIAS DE PESCADO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 29,1 LIP.(G) 31,1 E(KCAL) 735

DIA DEL NIÑO
ARROZ HINDU 20
POLLO ESTILO ETIOPE
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 25,5 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 741

CREMA DE ESPINACAS 21
TERNERA ASADA EN SALSA
CON PATATAS AL VAPOR
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 38,8 PROT.(G) 41,7 LIP.(G) 28,1 E(KCAL) 73

CODITOS CON TOMATE 22
MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTO
CON ENSALADA DE LECHUGA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 88,4 PROT.(G) 45,2 LIP.(G) 15,4 E(KCAL) 686

CREMA DE CALABAZA 25
ESCALOPE DE POLLO
CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 66,1 PROT.(G) 27,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 697

BROCOLI REHOGADO 26
TORTILLA FRANCESA CON
CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 54,8 PROT.(G) 35,4 LIP.(G) 39,5 E(KCAL) 735

MACARRONES REHOGADOS CON VERDURAS 27
MERLUZA EN SALSA MENIER
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 86,2 PROT.(G) 35,1 LIP.(G) 21,8 E(KCAL) 710

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 28
FILETE DE PAVO AL AJILLO
CON CHAMPINON
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,7 PROT.(G) 34,7 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 691

ARROZ CON VERDURAS 29
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) PROT.(G) LIP.(G) E(KCAL)