



LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



JUEVES

VIERNES

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

SIC RESTAURACIÓN

1 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Dairy dessert and bread
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g
Cena: salmón con ensalada

4 **CREMA DE ZANAHORIA**

MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Carrot puree
Fried hake with salad
Fruit and bread
KCAL 589 PROT 26g HC 57 g LIP 27 g

Cena: pavo al curry con verduras y puré patata

5 **DIA INGLES ALUBIAS BLANCAS CON TOMATE BANGER AND MASH**
(salchichas con puré de patata)

FRUTA Y PAN
Stewed white beans with tomato
Sausages with potatoe puree
Fruit and bread
KCAL 746 PROT 32 g HC 57 g LIP 39 g

Cena: bacalao al horno con verdura rehogada

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

FESTIVO

11 **LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Stewed lentils with chorizo
Spanish omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

Cena: pavo al horno con menestra

12 **JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA BACALAO EMPANADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Green beans with potato and carrot
Fried cod with salad
Fruit and bread
KCAL 601 PROT 19 g HC 59 g LIP 30 g

Cena: lacón a la gallega c/puré de calabaza

13 **FIDEUA DE VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Vegetables fideua
Garlic chicken with salad
Fruit and bread
KCAL 480 PROT 39 g HC 82 g LIP 20 g

Cena: salmón al hornocn verduras

14 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo

FRUTA Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Fruit and bread
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

Cena: pescadilla al ajillo c/zanahoria salteada

15 **ARROZ CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS ASADAS POSTRE LACTEO Y PAN**

Rice with tomato
Hake in sauce with vegetables
Dairy dessert and bread
KCAL 682 PROT 29 g HC 95 g LIP 19 g

Cena: tortilla francesa con queso y ensalada

18 **MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA MIXTAS (burauer meat) EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y PAN**

Vegetables stew
Burquer with sauce and fries
Fruit and bread
KCAL 458 PROT 20g HC 55 g LIP 38 g

Cena: merluza en papillote con arroz basmati

19 **PASTA INTEGRAL NAPOLITANA (pasta integral tomate y orzo) MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO MORRON FRUTA Y PAN**

Napolitana pasta
Hake in sauce with pepper
Fruit and bread
KCAL 480 PROT 35 g HC 87 g LIP 20 g

Cena: huevos revueltos con ajetes y gambas

20 **JUDIAS PINTAS ESTOFADAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Brown beans with vegetables
French omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 487 PROT 22 g HC 65 g LIP 33 g

Cena: cinta de lomo c/pisto de verduras

21 **MENU NAVIDAD ARROZ MILANESA POLLO CAJUN CON PATATAS POSTRE Y PAN**

Milanese rice
Spicy chicken with fries
Fruit and bread
KCAL 707 PROT 21 g HC 83 g LIP 31 g

Cena: merluza al pil pil con pimientos

22 **PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN**

Vegetables puree
Garlic pork loin with salad
Dairy dessert and bread
KCAL 609 PROT 37 HC 44 g LIP 20 g

Cena: wok de fideos chinos, brocoli y atún

25

FESTIVO

26

NO LECTIVO

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

29

NO LECTIVO

C.C. PALOMERAS

DICIEMBRE 2023

MENÚ MUSULMAN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



JUEVES

VIERNES

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

SIC RESTAURACIÓN

1 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, patata, ternera, zanahoria
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 26g HC 57 g LIP 27 g

5 ALUBIAS BLANCAS CON
VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 32 g HC 57 g LIP 39 g

6 FESTIVO

7 NO LECTIVO

8 FESTIVO

11 LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

12 JUDIAS VERDES CON PATATA
Y ZANAHORIA
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 601 PROT 19 g HC 59 g LIP 30g

13 FIDEUA DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 480 PROT 39 g HC 82 g LIP 20 g

14 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, patata, ternera, zanahoria
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

15 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CON
VERDURAS ASADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 682 PROT 29 g HC 95 g LIP 19g

18 MENESTRA DE VERDURAS
HAMBURGUESA TERNERA (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 658 PROT 20g HC 55 g LIP 38 g

19 PASTA EN SALSA ALBAHACA
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 680 PROT 35 g HC 87 g LIP 20 g

20 JUDIAS PINTAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 687 PROT 22 g HC 65 g LIP 33 g

21 MENU NAVIDAD
ARROZ MILANESA
POLLO CAJUN
CON PATATAS
POSTRE Y PAN

KCAL 707 PROT 21 g HC 83 g LIP 31 g

22 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
MERLUZA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 609 PROT 37 HC 66 g LIP 20 g

25 FESTIVO

26 NO LECTIVO

27 NO LECTIVO

28 NO LECTIVO

29 NO LECTIVO

C.C. PALOMERAS

DICIEMBRE 2023

MENÚ SIN LACTOSA



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



SIC RESTAURACIÓN

JUEVES

VIERNES

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 CREMA DE ZANAHORIA
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 26g HC 57 g LIP 27 g

5 DÍA INGLÉS
ALUBIAS BLANCAS CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 32 g HC 57 g LIP 39 g

6 FESTIVO

7 NO LECTIVO

8 FESTIVO

11 LENTEJAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

12 JUDIAS VERDES CON PATATA
Y ZANAHORIA
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 601 PROT 19 g HC 59 g LIP 30g

13 FIDEUA DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 480 PROT 39 g HC 82 g LIP 20 g

14 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

15 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CON
VERDURAS ASADAS
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 682 PROT 29 g HC 95 g LIP 19g

18 MENESTRA DE VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 658 PROT 20g HC 55 g LIP 38 g

19 PASTA NAPOLITANA
(pasta, tomate, vork)
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 680 PROT 35 g HC 87 g LIP 20 g

20 JUDIAS PINTAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 687 PROT 22 g HC 65 g LIP 33 g

21 MENU NAVIDAD
ARROZ CON VERDURAS WOK
POLLO CAJUN
CON PATATAS
POSTRE Y PAN

KCAL 707 PROT 21 g HC 83 g LIP 31 g

22 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 609 PROT 37 HC 66 g LIP 20 g

25 FESTIVO

26 NO LECTIVO

27 NO LECTIVO

28 NO LECTIVO

29 NO LECTIVO

C.C. PALOMERAS

DICIEMBRE 2023

MENÚ SIN LENTEJAS



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



JUEVES

VIERNES

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

SIC RESTAURACIÓN

1 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 26g HC 57 g LIP 27 g

5 DÍA INGLÉS
ALUBIAS BLANCAS CON TOMATE
BANGER AND MASH
(salchichas con puré de patata)
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 32 g HC 57 g LIP 39 g

6 FESTIVO

7 NO LECTIVO

8 FESTIVO

11 VERDURA TRICOLOR
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

12 JUDIAS VERDES CON PATATA
Y ZANAHORIA
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 601 PROT 19 g HC 59 g LIP 30g

13 FIDEUA DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 480 PROT 39 g HC 82 g LIP 20 g

14 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

15 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CON
VERDURAS ASADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 682 PROT 29 g HC 95 g LIP 19g

18 MENESTRA DE VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 658 PROT 20g HC 55 g LIP 38 g

19 PASTA INTEGRAL NAPOLITANA
(pasta integral tomate y orzo)
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 680 PROT 35 g HC 87 g LIP 30 g

20 JUDIAS PINTAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 687 PROT 22 g HC 65 g LIP 33 g

21 MENU NAVIDAD
ARROZ MILANESA
POLLO CAJUN
CON PATATAS
POSTRE Y PAN

KCAL 707 PROT 21 g HC 83 g LIP 31 g

22 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 609 PROT 37 HC 66 g LIP 20 g

25 FESTIVO

26 NO LECTIVO

27 NO LECTIVO

28 NO LECTIVO

29 NO LECTIVO

C.C. PALOMERAS

DICIEMBRE 2023

MENÚ SIN BRÓCOLI



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142

LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



JUEVES

VIERNES

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

SIC RESTAURACIÓN

1 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 26g HC 57 g LIP 27 g

5 DÍA INGLÉS
ALUBIAS BLANCAS CON TOMATE
BANGER AND MASH
(salchichas con puré de patata)
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 32 g HC 57 g LIP 39 g

6 FESTIVO

7 NO LECTIVO

8 FESTIVO

11 LENTEJAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

12 JUDIAS VERDES CON PATATA
Y ZANAHORIA
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 601 PROT 19 g HC 59 g LIP 30g

13 ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 480 PROT 39 g HC 82 g LIP 20 g

14 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

15 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CON
VERDURAS ASADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 682 PROT 29 g HC 95 g LIP 19g

18 CREMA DE CALABAZA
HAMBURGUESA MIXTAS (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 658 PROT 20g HC 55 g LIP 38 g

19 PASTA INTEGRAL NAPOLITANA
(pasta integral tomate, york)
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 680 PROT 35 g HC 87 g LIP 20 g

20 JUDIAS PINTAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 687 PROT 22 g HC 65 g LIP 33 g

21 MENU NAVIDAD
ARROZ MILANESA
POLLO CAJUN
CON PATATAS
POSTRE Y PAN

KCAL 707 PROT 21 g HC 83 g LIP 31 g

22 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 609 PROT 37 HC 66 g LIP 20 g

25 FESTIVO

26 NO LECTIVO

27 NO LECTIVO

28 NO LECTIVO

29 NO LECTIVO