

LUNES

DICIEMBRE 2020

07  **COCINAS CENTRALES**

14 Puré de verduras
Escalope de pollo con patatas
Lácteo (7)
*Cream of vegetables
Chicken scalop with chips
Dairy dessert*

21 Crema de calabacín
Tortilla de patata con ensalada (3)
Lácteo (7)
*Cream of zucchini
Spanish Omelette with salad
Dairy dessert*

28 **FESTIVO/HOLIDAYS**

MARTES

01 Arroz con tomate
Salchichas frescas de pollo con ensalada
Fruta fresca y leche (7)
*Rice with tomato
Fresh sausages with salad
Fruit and milk*

08 **FESTIVO/HOLIDAYS**

15 Arroz de la huerta
Atún con tomate (4)
Fruta fresca y leche (7)
*Rice with vegetables
Tuna with tomato
Fruit and milk*

22 **MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD**

29 **FESTIVO/HOLIDAYS**

MIÉRCOLES

02 Menestra salteada
Magro con tomate
Lácteo (7)
*Sauteed mixed vegetables
Pork loin with tomato
Dairy dessert*

09 Pasta tricolor con york y tomate (1,3)
Tortilla con ensalada
Lácteo (7)
*Three colours pasta with ham and tomato
Omelette with salad
Dairy dessert*

16 Lentejas con chorizo
Guiso de ternera con patatas
Lácteo (7)
*Lentils with chorizo
Stew meat with chips
Dairy dessert*

23 **FESTIVO/HOLIDAYS**

ALÉRGENOS:

1.- GLUTEN 2.- CRUSTÁCEOS 3.- HUEVO 4.- PESCADO 5.- CACAHUETE 6.- SOJA 7.- LECHE
8.- FRUTOS SECOS 9.- APIO 10.- MOSTAZA 11.- SÉSAMO 12.- SULFITOS 13.- ALTRAMUCES
14.- MOLUSCOS

JUEVES

03 Macarrones con chorizo
Albóndigas de pescado con patatas (1,3,4,7,14)
Fruta fresca y leche (7)
*Macaroni with chorizo
Fishballs with chips
Fruit and milk*

10 Judías blancas estofadas
Bacalao a la romana con ensalada del tiempo (1,2,3,4,12,14)
Fruta fresca y leche (7)
*Stewed White beans
Breaded cod with salad
Fruit and milk*

17 Coditos con tomate y atún (1,3,4)
Caprichos de calamar con ensalada verde (1,2,3,4,6,7,12,14)
Fruta fresca y leche (7)
*Pasta with tuna and tomato
Delights squids with green salad
Fruit and milk*

24 **FESTIVO/HOLIDAYS**

VIERNES

04 Sopa de cocido (1,3)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

11 Judías verdes rehogadas
Hamburguesa en salsa con patatas fritas
Lácteo(7)
*Sauteed green beans
Burger in sauce with chips
Dairy dessert*

18 Sopa de cocido (1,3)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

25 **FESTIVO/HOLIDAYS**

Hidra. car.: 98 g Proteínas: 33g Grasas: 22g - Kcalorías: 701

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g Grasas: 28g - Kcalorías: 717

Hidra. car.: 102g Proteínas: 36g Grasas: 28g - Kcalorías: 741

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g Grasas: 26g - Kcalorías: 717

Menú acompañado de agua y ración de pan diaria. Fruta fresca (manzana, pera, plátano, naranja, mandarina y frutas de temporada). La información sobre los ingredientes y posibles alérgenos aquí reflejada es orientativa; en cumplimiento del R.1169/2011, dicha información completa y exacta está a disposición en el centro.

Menú elaborado por el Equipo de Diseño y Desarrollo de Menús de COCINAS CENTRALES, S.A.

CELIACO

LUNES

DICIEMBRE 2020

07  **COCINAS CENTRALES**

14 Puré de verduras
Escalope de pollo con patatas
Lácteo(7)
*Cream of vegetables
Chicken scalop with chips
Dairy dessert*

21 Crema de calabacín
Tortilla de patata con ensalada (3)
Lácteo(7)
*Cream of zucchini
Spanish Omelette with salad
Dairy dessert*

28 **FESTIVO/HOLIDAYS**

MARTES

01 Arroz con tomate
Salchichas frescas de pollo con ensalada
Fruta fresca Y leche(7)
*Rice with tomato
Fresh sausages with salad
Fruit and milk*

08 **FESTIVO/HOLIDAYS**

15 Arroz de la huerta
Atún con tomate (4)
Fruta fresca y leche(7)
*Rice with vegetables
Tuna with tomato
Fruit and milk*

22 **MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD**

29 **FESTIVO/HOLIDAYS**

MIÉRCOLES

02 Menestra salteada
Magro con tomate
Lácteo(7)
*Sauteed mixed vegetables
Pork loin with tomato
Dairy dessert*

09 Pasta tricolor con york y tomate (pasta celiacos)
Tortilla con ensalada
Lácteo(7)
*Three colours pasta with ham and tomato
Omelette with salad
Dairy dessert*

16 Lentejas con chorizo
Guiso de ternera con patatas
Lácteo(7)
*Lentils with chorizo
Stew meat with chips
Dairy dessert*

23 **FESTIVO/HOLIDAYS**

ALÉRGENOS:

1.- GLUTEN 2.- CRUSTÁCEOS 3.- HUEVO 4.- PESCADO 5.- CACAHUETE 6.- SOJA 7.- LECHE
8.- FRUTOS SECOS 9.- APIO 10.- MOSTAZA 11.- SÉSAMO 12.- SULFITOS 13.- ALTRAMUCES
14.- MOLUSCOS

JUEVES

03 Macarrones con chorizo
Albóndigas de pescado con patatas (6)
Fruta fresca y leche(7)
*Macaroni with chorizo
Fishballs with chips
Fruit and milk*

10 Judías blancas estofadas
Ventresca de bacalao horno con ensalada del tiempo(4)
Fruta fresca y leche(7)
*Stewed White beans
Breaded cod with salad
Fruit and milk*

17 Coditos con tomate y atún (pasta celiacos)
Merluza horno con ensalada verde (4)
Fruta fresca y leche(7)
*Pasta with tuna and tomato
Delights squids with green salad
Fruit and milk*

24 **FESTIVO/HOLIDAYS**

VIERNES

04 Sopa de cocido (pasta celiacos)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

11 Judías verdes rehogadas
Hamburguesa en salsa con patatas fritas
Lácteo(7)
*Sauteed green beans
Burger in sauce with chips
Dairy dessert*

18 Sopa de cocido (pasta celiacos)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

25 **FESTIVO/HOLIDAYS**

Hidra. car.: 98 g Proteínas:33g Grasas: 22g -Kcalorías: 701

Hidra. car.: 106g Proteínas:31g Grasas: 26g -Kcalorías: 717

Hidra. car.: 102g Proteínas:36g Grasas: 28g -Kcalorías: 747

Hidra. car.: 106g Proteínas:31g Grasas: 26g -Kcalorías: 717

Menú acompañado de agua y ración de pan diaria. Fruta fresca (manzana, pera, plátano, naranja, mandarina y frutas de temporada). La información sobre los ingredientes y posibles alérgenos aquí reflejada es orientativa; en cumplimiento del R.1169/2011, dicha información completa y exacta está a disposición en el centro.

Menú elaborado por el Equipo de Diseño y Desarrollo de Menús de COCINAS CENTRALES, S.A.

CELÍACO/
LACTOSA

LUNES

DICIEMBRE 2020

07 
**COCINAS
CENTRALES**

14 Puré de verduras
Escalope de pollo con
patatas
Fruta fresca
Cream of vegetables
Chicken scalop with chips
Fruit

21 Crema de calabacín
Tortilla de patata con
ensalada (3)
Fruta fresca
Cream of zucchini
Spanish Omelette with salad
Fruit

28
FESTIVO/HOLIDAYS

MARTES

01 Arroz con tomate
Salchichas frescas de pollo con
ensalada
Fruta fresca
Rice with tomato
Fresh sausages with salad
Fruit

08
FESTIVO/HOLIDAYS

15 Arroz de la huerta
Atún con tomate (4)
Fruta fresca
Rice with vegetables
Tuna with tomato
Fruit

22
**MENÚ ESPECIAL
DE NAVIDAD**

29
FESTIVO/HOLIDAYS

MIÉRCOLES

02 Menestra salteada
Magro con tomate
Fruta fresca
Sauteed mixed vegetables
Pork loin with tomato
Fruit

09 Pasta tricolor con york y
tomate (pasta celiacos)
Tortilla con ensalada
Fruta fresca
*Three colours pasta with ham and
tomato*
Omelette with salad
Fruit

16 Lentejas con chorizo
Guiso de ternera con
patatas
Fruta fresca
Lentils with chorizo
Stew meat with chips
Fruit

23
FESTIVO/HOLIDAYS

ALÉRGENOS:

1.- GLUTEN 2.- CRUSTÁCEOS 3.- HUEVO 4.- PESCADO 5.- CACAHUETE 6.- SOJA 7.- LECHE
8.- FRUTOS SECOS 9.- APIO 10.- MOSTAZA 11.- SÉSAMO 12.- SULFITOS 13.- ALTRAMUCES
14.- MOLUSCOS

JUEVES

03 Macarrones con chorizo
Albóndigas de pescado con
patatas (6)
Fruta fresca
Macaroni with chorizo
Fishballs with chips
Fruit

10 Judías blancas estofadas
Ventresca de bacalao horno
con ensalada del tiempo(4)
Fruta fresca
Stewed White beans
Breaded cod with salad
Fruit

17 Coditos con tomate y atún
(pasta celiacos)
Merluza horno con ensalada
verde (4)
Fruta fresca
Pasta with tuna and tomato
Delights squids with green salad
Fruit

24
FESTIVO/HOLIDAYS

VIERNES

04 Sopa de cocido (pasta
celiacos)
Cocido completo
Fruta fresca
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Fruit

11 Judías verdes rehogadas
Hamburguesa en salsa con
patatas fritas
Fruta fresca
Sauteed green beans
Burger in sauce with chips
Fruit

18 Sopa de cocido (pasta
celiacos)
Cocido completo
Fruta fresca
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Fruit

25
FESTIVO/HOLIDAYS

Hidra. car.: 98 g Proteínas: 39g
Grasas: 22g - Kcalorías: 701

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717

Hidra. car.: 102g Proteínas: 36g
Grasas: 28g - Kcalorías: 747

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717

Menú acompañado de agua y ración de pan diaria. Fruta fresca (manzana, pera, plátano, naranja, mandarina y frutas de temporada). La información sobre los ingredientes y posibles alérgenos aquí reflejada es orientativa; en cumplimiento del R.1169/2011, dicha información completa y exacta está a disposición en el centro.

Menú elaborado por el Equipo de Diseño y Desarrollo
de Menús de COCINAS CENTRALES, S.A.

PESCADO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DICIEMBRE 2020

07  **COCINAS CENTRALES**

14 Puré de verduras
Escalope de pollo con patatas
Lácteo (7)
*Cream of vegetables
Chicken scalop with chips
Dairy dessert*

21 Crema de calabacín
Tortilla de patata con ensalada (3)
Lácteo (7)
*Cream of zucchini
Spanish Omelette with salad
Dairy dessert*

28 **FESTIVO/HOLIDAYS**

01 Arroz con tomate
Salchichas frescas de pollo con ensalada
Fruta fresca y leche (7)
*Rice with tomato
Fresh sausages with salad
Fruit and milk*

08 **FESTIVO/HOLIDAYS**

15 Arroz de la huerta
Cinta de lomo con ensalada
Fruta fresca y leche (7)
*Rice with vegetables
Pork loin with salad
Fruit and milk*

22 **MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD**

29 **FESTIVO/HOLIDAYS**

02 Menestra salteada
Magro con tomate
Lácteo (7)
*Sauteed mixed vegetables
Pork loin with tomato
Dairy dessert*

09 Pasta tricolor con york y tomate (1,3)
Tortilla con ensalada
Lácteo (7)
*Three colours pasta with ham and tomato
Omelette with salad
Dairy dessert*

16 Lentejas con chorizo
Guiso de ternera con patatas
Lácteo (7)
*Lentils with chorizo
Stew meat with chips
Dairy dessert*

23 **FESTIVO/HOLIDAYS**

ALÉRGENOS:

1.- GLUTEN 2.- CRUSTÁCEOS 3.- HUEVO 4.- PESCADO 5.- CACAHUETE 6.- SOJA 7.- LECHE
8.- FRUTOS SECOS 9.- APIO 10.- MOSTAZA 11.- SÉSAMO 12.- SULFITOS 13.- ALTRAMUCES
14.- MOLUSCOS

03 Macarrones con chorizo
Hamburguesa con patatas
Fruta fresca y leche (7)
*Macaroni with chorizo
Burger with chips
Fruit and milk*

10 Judías blancas estofadas
Filete de pollo con ensalada
Fruta fresca y leche (7)
*Stewed White beans
Chicken fillet with salad
Fruit and milk*

17 Coditos con tomate (1,3)
Tortilla con ensalada verde (3)
Fruta fresca y leche (7)
*Pasta with tuna and tomato
Omelette with green salad
Fruit and milk*

24 **FESTIVO/HOLIDAYS**

04 Sopa de cocido (1,3)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

11 Judías verdes rehogadas
Hamburguesa en salsa con patatas fritas
Lácteo(7)
*Sauteed green beans
Burger in sauce with chips
Dairy dessert*

18 Sopa de cocido (1,3)
Cocido completo
Lácteo(7)
*Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert*

25 **FESTIVO/HOLIDAYS**

Hidra. car.: 98g Proteínas: 33g
Grasas: 22g - Kcalorías: 701

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717

Hidra. car.: 102g Proteínas: 36g
Grasas: 28g - Kcalorías: 747

Hidra. car.: 106g Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717

Menú acompañado de agua y ración de pan diaria. Fruta fresca (manzana, pera, plátano, naranja, mandarina y frutas de temporada). La información sobre los ingredientes y posibles alérgenos aquí reflejada es orientativa; en cumplimiento del R.1169/2011, dicha información completa y exacta está a disposición en el centro.

Menú elaborado por el Equipo de Diseño y Desarrollo de Menús de COCINAS CENTRALES, S.A.