

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		<p>1</p> <p>Potaje de garbanzos y espinacas Bacalao al limón con verduras Fruta diabéticos Pan integral 714 Kcal 43,5g Prot 18,7g Lip 86,3g Hc</p>		
		<p>2</p> <p>3</p>		
<p>6</p> <p>Sopa de pescado Pollo asado a las finas hierbas con patatas Fruta diabéticos Pan 901 Kcal 59,3g Prot 35,4g Lip 83,4g</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabaza eco Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta diabéticos 955 Kcal 20,3g Prot 47,6g Lip 109,3g</p>	<p>8</p> <p>Macarrones integrales con tomate y orégano Merluza en salsa verde con patatas Fruta diabéticos Pan integral 652 Kcal 37g Prot 15g Lip 91,2g Hc</p>	<p>9</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur desnatado Pan 689 Kcal 37,6g Prot 19,5g Lip 92,5g Hc</p>	<p>10</p> <p>Arroz de verduras al curry Hamburguesa mixta con salsa de tomate y patatas Fruta diabéticos Pan integral 783 Kcal 25,1g Prot 24,8g Lip 115,1g</p>
<p>13</p> <p>Crema de calabacín eco Carbonero al limón con verduras Yogur desnatado Pan 750 Kcal 48,1g Prot 23,1g Lip 79,5g Hc</p>	<p>14</p> <p>Garbanzos estofados con hortalizas y arroz integral Lomo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta diabéticos 709 Kcal 35,2g Prot 15g Lip 114,9g</p>	<p>15</p> <p>Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta diabéticos 715 Kcal 17,7g Prot 31,1g Lip 92,9g Hc</p>	<p>16</p> <p>Judías verdes rehogadas Coditos con boloñesa vegana, queso y orégano Fruta diabéticos Pan 694 Kcal 27,7g Prot 9,9g Lip 121,2g</p>	<p>17</p> <p>Sopa de cocido Filete de pollo en salsa con patatas panaderas (caliente) Fruta diabéticos Pan integral 631 Kcal 32g Prot 25,7g Lip 67,9g Hc</p>
<p>20</p> <p>Macarrones integrales con tomate y orégano Salmón al horno con verduritas Yogur desnatado Pan 772 Kcal 54,5g Prot 20,2g Lip 87,1g</p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga y maíz Fruta diabéticos 724 Kcal 32,4g Prot 20,1g Lip 107,3g Hc</p>	<p>22</p> <p>Crema de zanahoria eco Ragout de ternera guisado con panaderas Fruta diabéticos Pan integral 513 Kcal 10,8g Prot 17,9g Lip 74,8g</p>	<p>23</p> <p>Alubias blancas estofadas con hortalizas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta diabéticos 770 Kcal 28,3g Prot 27,3g Lip 105g</p>	<p>24</p> <p>Brócoli con patatas Jamoncitos de pollo al horno con arroz salteado Fruta diabéticos Pan integral 528 Kcal 18,1g Prot 17,1g Lip 74,5g</p>
<p>27</p> <p>Crema de verduras eco. Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta diabéticos 930 Kcal 20,9g Prot 42,8g Lip 112,6g</p>	<p>28</p> <p>Macarrones integrales con tomate y orégano Merluza en salsa con cebolla pochada y zanahoria Fruta diabéticos Pan 830 Kcal 56,2g Prot 35,6g Lip 68,7g</p>	<p>29</p> <p>Sopa de cocido Pollo asado a las finas hierbas con patatas Fruta diabéticos Pan integral 830 Kcal 56,2g Prot 35,6g Lip 68,7g</p>	<p>30</p> <p>Salteado de verduras campestre Lentejas estofadas con hortalizas Yogur desnatado Pan 742 Kcal 30,7g Prot 19g Lip 103,7g Hc</p>	

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.


