

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Crema de coliflor
Gallineta en salsa marinera con patatas
Yogur
PAN S/GLUTEN
371 Kcal 23,5g Prot 12,3g Lip 31,8g

2

Sopa de verdura y fideos
Cocido con pollo
Fruta
PAN S/GLUTEN
545 Kcal 21,6g Prot 22,6g Lip 72,9g
Hc 0g Sal

3

Patatas estofadas con hortalizas
Tortilla francesa con verduras
Fruta
PAN S/GLUTEN
420 Kcal 6,9g Prot 9g Lip 81,5g Hc
0,2g Sal

4

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno con patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
576 Kcal 26g Prot 11,5g Lip 95,9g Hc
0,5g Sal

5

Judías blancas guisadas con hortalizas
Lomo de sajonia con champiñones
Fruta
PAN S/GLUTEN
770 Kcal 37,4g Prot 16,9g Lip 114,3g

8

Crema de champiñones
Magro al tomillo con champiñones y patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
500 Kcal 27,7g Prot 13,1g Lip 57,6g

9

Crema de champiñones
Salmón al horno con calabacín
Fruta
PAN S/GLUTEN
460 Kcal 36,2g Prot 11,1g Lip 52,3g
Hc 0,6g Sal

10

Paella de verduras
Pollo estofado con verduras y patatas
Yogur
PAN S/GLUTEN
810 Kcal 34,7g Prot 40,7g Lip 69,3g Hc
0,3g Sal

11

Judías pintas con hortalizas
Tortilla de patata con pimientos
Fruta
PAN S/GLUTEN
693 Kcal 24,7g Prot 25,7g Lip 92,5g
Hc 0,4g Sal

12

Sopa de verdura y fideos
Hamburguesa con salsa de tomate y patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
456 Kcal 13,3g Prot 21,3g Lip 56,2g

15

Plumas con tomate sin gluten
Merluza al horno con patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
572 Kcal 25,2g Prot 10,6g Lip 97,6g
Hc 0,8g Sal

16

Judías blancas guisadas con hortalizas
Pavo guisado con verduras
Yogur
PAN S/GLUTEN
507 Kcal 33,7g Prot 14,4g Lip 56,5g

17

Crema de verduras
Tortilla de patata con verduras
Fruta
PAN S/GLUTEN
558 Kcal 11,8g Prot 23,5g Lip 77,1g
Hc 0,2g Sal

18

Arroz con salsa de tomate
Filete de pollo en salsa con brócoli
Fruta
PAN S/GLUTEN
680 Kcal 31,2g Prot 23,8g Lip 86,2g
Hc 1,3g Sal

19

Sopa de verdura y fideos
Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata
Fruta
PAN S/GLUTEN
544 Kcal 18,7g Prot 29,4g Lip 54,6g

22

Patatas estofadas con hortalizas
Palometa en salsa con verduras
Fruta
PAN S/GLUTEN
625 Kcal 35,4g Prot 11,3g Lip 88,3g
Hc 1,3g Sal

23

Crema de calabacín
Lacón a la gallega con patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
561 Kcal 22,7g Prot 19,9g Lip 76g Hc
2,8g Sal

24

Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
643 Kcal 15,3g Prot 23g Lip 96,6g Hc
1,1g Sal

25

Plumas con tomate sin gluten
Filete de pollo al ajillo con patatas
Fruta
PAN S/GLUTEN
638 Kcal 25,2g Prot 18,2g Lip 95,8g
Hc 1,9g Sal

26

Guisantes al ajillo
Hamburguesa de ternera con salteado de verduras
Yogur
PAN S/GLUTEN
490 Kcal 20,9g Prot 24,5g Lip 39,9g
Hc 1,4g Sal

29

Judías verdes con patatas
Palometa en salsa con champiñones
Fruta
PAN S/GLUTEN
560 Kcal 33,6g Prot 17,5g Lip 59,2g
Hc 1,2g Sal

30

Sopa de verdura y fideos
Cocido con pollo
Fruta
PAN S/GLUTEN
545 Kcal 21,6g Prot 22,6g Lip 72,9g
Hc 0g 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.


