

BON REPOS - MENÚ 64 LUNES 16 DE OCTUBRE AL LUNES 13 DE NOVIEMBRE DE 2023																
		COMIDA					CENA					VALORACIÓN				
		1º	2º	Opcional	Postre	Postre opcional	1º	Opcional	2º	Postre	Postre opcional	ENERGÍA (kcal)	PROTEÍNAS (g)	CARBOHIDRATOS (g)	LÍPIDOS (g)	
16	LUNES	OCTUBRE	MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS	HAMBURGUESA MIXTA CON QUESO, CEBOLLA Y PATATAS		FRUTA DEL TIEMPO	PUDDING DE FRUTAS	CREMA DE CHAMPIÑONES		DELICIAS QUESO	FRUTA DEL TIEMPO	GELATINA FRUTAS	1.834	64	199	82
17	MARTES	OCTUBRE	LASAÑA DE CARNE	PICANTONES HORNO CON CHAMPIÑONES		FRUTA DEL TIEMPO	MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	SOPA DE CALDO CON PASTA		CROQUETAS DE POLLO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	1.726	56	214	68
18	MIÉRCOLES	OCTUBRE	ENSALADA ALEMANA	MERLUZA FILETE CON TOMATE AL HORNO		FRUTA DEL TIEMPO	PERAS AL VINO	SOPA DE PESCADO CON PASTA		SURTIDO DE EMBUTIDOS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	PUDDING DE FRUTAS	1.972	69	216	86
19	JUEVES	OCTUBRE	MACARRONES BOLOÑESA	HUEVOS CON BECHAMEL		FRUTA DEL TIEMPO	CREMA CATALANA	CREMA DE CALABACÍN		EMPANADA GALLEGA	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	2.208	70	238	104
20	VIERNES	OCTUBRE	LENTEJAS RIOJANA	SALCHICHAS DE CERDO CON BERENJENA REBOZADA		FRUTA DEL TIEMPO	MEL I MATÓ	SOPA DE CALDO CON PASTA		TORTILLA PAISANA	FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE CHOCOLATE	1.984	72	196	97
21	SÁBADO	OCTUBRE	GARBANZOS CON ESPINACAS	POLLO AL CURRY CON PURÉ		FRUTA DEL TIEMPO	FLAN CON NATA	SOPA DE CALDO CON PASTA		PATATAS DE OLOT	FRUTA DEL TIEMPO	PIÑA ALMÍBAR	1.946	84	223	75
22	DOMINGO	OCTUBRE	ENTREMÉS MARINERO	CANELONES GRATINADOS		FRUTA DEL TIEMPO	HELADO	CREMA DE ESPÁRRAGOS		SURTIDO DE QUESOS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	MOUSSE DE FRUTAS	2.069	79	214	96
23	LUNES	OCTUBRE	MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS	HUEVOS AL PLATO		FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON LECHE	CREMA DE CALABAZA		TIRAS DE POLLO REBOZADAS	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	2.116	83	202	104
24	MARTES	OCTUBRE	ESPAGUETI CARBONARA	MAIRAS REBOZADAS CON CAMPÍÑON		FRUTA DEL TIEMPO	TARTA DE MANZANA	SOPA DE PESCADO CON PASTA		PIZZA DE JAMÓN Y QUESO	FRUTA DEL TIEMPO	MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	2.258	78	276	90
25	MIÉRCOLES	OCTUBRE	ESCUDELLA CATALANA	HAMBURGUESA MIXTA CON QUESO, CEBOLLA Y PATATAS		FRUTA DEL TIEMPO	MEL I MATÓ	SOPA DE CALDO CON PASTA		BACALAO REBOZADO CON TOMATE CRUDO	FRUTA DEL TIEMPO	GELATINA FRUTAS	1.960	91	213	78
26	JUEVES	OCTUBRE	ESCALIVADA CON QUESO DE CABRA	POLLO AL CURRY CON ARROZ BASMATI		FRUTA DEL TIEMPO	PERAS AL VINO	SOPA DE CALDO CON PASTA		TORTILLA DE PATATA	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	1.764	67	197	72
27	VIERNES	OCTUBRE	POTAJE DE GARBANZOS	BACALAO A LA LLAUNA		FRUTA DEL TIEMPO	FLAN DE PLÁTANO	CREMA DE ZANAHORIA		QUICHE DE PUERROS Y QUESO	FRUTA DEL TIEMPO	MOUSSE DE FRUTAS	2.207	83	232	98
28	SÁBADO	OCTUBRE	FIDEUA MARINERA	BUTIFARRA CON PATATAS Y ALIOLI		FRUTA DEL TIEMPO	CUAJADA	CREMA DE CHAMPIÑONES		JAMÓN SERRANO Y YORK CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	MACEDONIA FRUTAS ALMÍBAR	1.996	73	233	82
29	DOMINGO	OCTUBRE	ENTREMÉS CAMPERO	PAELLA MIXTA		FRUTA DEL TIEMPO	HELADO	CREMA DE VERDURAS		SAN JACOBOS	FRUTA DEL TIEMPO	MANZANA AL HORNO	2.137	56	260	93
30	LUNES	OCTUBRE	TRINXAT CERDANYA	POLLO REBOZADO CON BERENJENAS REBOZADAS		FRUTA DEL TIEMPO	BIZCOCHO BORRACHO	SOPA DE CALDO CON PASTA		SURTIDO BUTIFARRAS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	FLAN CON NATA	2.075	70	220	98
31	MARTES	OCTUBRE	PASTEL ATÚN	HUEVOS HORNO MALLORQUINA		FRUTA DEL TIEMPO	CREMA CATALANA	SOPA DE CALDO CON PASTA		CROQUETAS DE JAMÓN	FRUTA DEL TIEMPO	MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	2.098	57	277	81
1	MIÉRCOLES	NOVIEMB	FIDEUA MARINERA	ROASTBEEF DE TERNERA CON PURÉ		FRUTA DEL TIEMPO	PASTEL DE CHOCOLATE	SOPA DE POLLO CON ARROZ Y SETAS		PIZZA DE JAMÓN Y QUESO	FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE CHOCOLATE	2.379	88	331	74
2	JUEVES	NOVIEMB	CALDO GALLEGO	BACALAO CON SALSA TOMATE Y PATATA HERVIDA		FRUTA DEL TIEMPO	NATILLAS	SOPA DE PESCADO CON PASTA		PATATAS DE OLOT	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	1.775	86	214	59
3	VIERNES	NOVIEMB	ARROZ CUBANA	MANITAS CERDO CATALANA		FRUTA DEL TIEMPO	MANZANA AL HORNO	CREMA DE ESPÁRRAGOS		TORTILLA DE CALABACÍN	FRUTA DEL TIEMPO	PIÑA ALMÍBAR	1.870	56	207	88
4	SÁBADO	NOVIEMB	LAZOS CON ATÚN	SALCHICHAS DE CERDO AL VINO CON PATATAS		FRUTA DEL TIEMPO	MEL I MATÓ	CREMA DE CALABACÍN		SURTIDO DE EMBUTIDOS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	PERAS AL VINO	2.223	79	234	104
5	DOMINGO	NOVIEMB	ENTREMÉS MARINERO	CANELONES GRATINADOS		FRUTA DEL TIEMPO	HELADO	CREMA DE CHAMPIÑONES		EMPANADA GALLEGA	FRUTA DEL TIEMPO	GELATINA FRUTAS	2.090	68	221	100
6	LUNES	NOVIEMB	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN	GALTAS DE CERDO		FRUTA DEL TIEMPO	CREMA CATALANA	SOPA DE CALDO CON PASTA		QUESO BRIE Y FRESCO CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	MOUSSE CHOCOLATE	1.977	87	200	88
7	MARTES	NOVIEMB	HABITAS A LA CATALANA	POLLO AL HORNO CON CHIPS		FRUTA DEL TIEMPO	MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	SOPA DE CALDO CON PASTA		CROQUETAS DE JAMÓN	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	1.676	53	204	69
8	MIÉRCOLES	NOVIEMB	ESPAGUETI CON VERDURAS	HAMBURGUESA MIXTA CON VERDURAS AL HORNO		FRUTA DEL TIEMPO	MOUSSE DE FRUTAS	SOPA DE PESCADO CON PASTA		SURTIDO DE QUESOS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	PUDDING DE FRUTAS	1.982	81	233	77
9	JUEVES	NOVIEMB	PATATAS MARINERA	FRICANDÓ DE TERNERA CON PURÉ		FRUTA DEL TIEMPO	NATILLAS	CREMA DE CALABACÍN		BACALAO REBOZADO CON TOMATE CRUDO	FRUTA DEL TIEMPO	MANZANA AL HORNO	1.750	80	190	71
10	VIERNES	NOVIEMB	JUDÍAS ESTOFADAS CON ALMEJAS	MAIRAS REBOZADAS CON TOMATE HORNO		FRUTA DEL TIEMPO	MACEDONIA NATURAL	SOPA DE CALDO CON PASTA		JAMÓN SERRANO Y YORK CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	1.672	69	217	53
11	SÁBADO	NOVIEMB	LENTEJAS RIOJANA	BUTIFARRA ESPARRACADA CON BOLETS		FRUTA DEL TIEMPO	FLAN CON NATA	SOPA DE CALDO CON PASTA		EMPANADILLAS ATÚN	FRUTA DEL TIEMPO	PIÑA ALMÍBAR	2.104	67	228	97

BON REPOS - MENÚ 64 LUNES 16 DE OCTUBRE AL LUNES 13 DE NOVIEMBRE DE 2023																
		COMIDA					CENA					VALORACIÓN				
		1º	2º	Opcional	Postre	Postre opcional	1º	Opcional	2º	Postre	Postre opcional	ENERGÍA (kcal)	PROTEÍNAS (g)	CARBOHIDRATOS (g)	LÍPIDOS (g)	
12	DOMINGO	NOVIEMB	ENTREMÉS CAMPERO	PAELLA MIXTA		FRUTA DEL TIEMPO	HELADO	CREMA DE ESPÁRRAGOS		SURTIDO BUTIFARRAS CON PAN CON TOMATE	FRUTA DEL TIEMPO	MOUSSE DE FRUTAS	2.104	65	256	88
13	LUNES	NOVIEMB	BRÓCOLI Y PATATA SALTEADO CON BACON	MERLUZA MARINERA		FRUTA DEL TIEMPO	NATILLAS	SOPA DE VERDURAS CON PASTA		TIRAS DE POLLO REBOZADAS	FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON LECHE	1.739	77	197	68