

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: ENERO 25

COLEGIO: ASpace SALAMANCA - MENÚ CENA HIPOCALORICO Y DIETA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1-ene-25 CREMA DE CHAMPIÑÓN PESCADO A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO VITALINEA	2-ene-25 PANACHÉ DE VERDURAS LOMO DE CABALLA Y HUEVO DURO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	3-ene-25 SALPICÓN DE MARISCOS TORTILLA FRANCESA CON YORK VITALINEA	4-ene-25 ENSALADA ENSALADA DEL CHEF SOLOMILLO EN SU JUGO PURÉ DE PATATA FRUTA DE TEMPORADA	5-ene-25 SOPA DE PASTA CON PICADILLO FILETE DE POLLO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA VITALINEA
6-ene-25 CREMA DE ZANAHORIA CABECERO ASADO CHAMPIÑÓN SALTEADO VITALINEA	7-ene-25 PISTO MANCHEGO TORTILLA DE PATATA FRUTA DE TEMPORADA	8-ene-25 SOPA CASTELLANA FILETE DE LOMO PLANCHA AROS DE TOMATE VITALINEA	9-ene-25 CREMA CALABACÍN CABALLA EN ACEITE, FIAMBRE DE PAVO Y QUESO FRESCO AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	10-ene-25 SOPA DE AVE CON PASTA FAJITAS DE POLLO VITALINEA	11-ene-25 CREMA DE CHAMPIÑÓN FILETE DE PAVO PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	12-ene-25 SOPA DE AVE CON PASTA ROLLITOS DE ESPARRAGOS CON JAMÓN VITALINEA
13-ene-25 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	14-ene-25 CREMA DE ESPARRAGOS HUEVOS RELLENOS CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA	15-ene-25 SOPA DE PASTA CON PICADILLO JAMÓN YORK CON QUESO FRESCO Y AROS DE TOMATE AROS DE TOMATE MANZANA ASADA	16-ene-25 CREMA DE CHAMPIÑÓN FILETE DE LOMO CON PIMIENTOS VITALINEA	17-ene-25 SOPA JULIANA DE VERDURA PESCADO AL HORNO ENCEBOLLADO FRUTA DE TEMPORADA	18-ene-25 SOPA DE MARISCO CON PASTA FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA AROS DE TOMATE VITALINEA	19-ene-25 PISTO MANCHEGO TORTILLA FRANCESA VITALINEA
20-ene-25 PANACHÉ DE VERDURAS CON JAMÓN SALCHICHAS FRESCAS A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO POSTRE DE CUAJADA	21-ene-25 CREMA DE CALABAZA CORDÓN AZUL DE POLLO NATURAL PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	22-ene-25 SOPA DE AVE CON PASTA FILETE DE MAGRO A LA PLANCHA CHAMPIÑÓN SALTEADO VITALINEA	23-ene-25 SOPA DE VERDURA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	24-ene-25 CREMA DE ZANAHORIA PESCADO AL HORNO VITALINEA	25-ene-25 ESPINACAS GRATINADAS CON ATÚN GALANTINAS VARIADAS CON QUESO FRESCO LOMO DE CABALLA Y AROS DE TOMATE (DIETA) FRUTA DE TEMPORADA	26-ene-25 CREMA DE CALABAZA FILETE DE POLLO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA
27-ene-25 CREMA DE VERDURA PESCADO A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	28-ene-25 ENSALADA ENSALADA DEL CHEF HUEVOS REVUELTOS CON AJETES, SETAS Y GAMBAS FRUTA DE TEMPORADA	29-ene-25 SOPA DE AVE CON PASTA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA	30-ene-25 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN PESCADO A LA PLANCHA AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	31-ene-25 CREMA DE ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA VITALINEA	1-feb-25 CREMA DE CHAMPIÑÓN HAMBURGUESA DE POLLO PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA	2-feb-25 SOPA DE AVE CON PASTA FILETE DE PAVO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES