

Otoño-Invierno 2019



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas caseras Filete merluza con ensalada Pan 1, lácteo 7	Crema de zanahoria Estofado de ternera con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada	Sopa de fideos 1 Pollo asado con arroz Pan 1, fruta de temporada	Crema de verduras Albóndigas caseras con patatas Pan 1, fruta de temporada	Menestra Espaguetis con atún 1, 4 Pan 1, fruta de temporada
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Sopa de fideos Pescado con patatas 4 Pan 1, fruta de temporada	Ensalada mixta 3, 4 Filete ruso casero con arroz Pan 1, lácteo 7	Judías verdes con huevo 3 Lasaña de carne Pan 1, fruta de temporada	Potaje de garbanzos Pescado a la romana con ensalada 4 Pan 1, fruta de temporada	Crema de calabacín Tortilla de patata con tomate 3 Pan 1, fruta de temporada
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Ensalada mixta 3, 4 Albóndigas caseras con arroz Pan 1, fruta de temporada	Caldo gallego (verdura, patata, habas) Pescado al horno con ensalada 4 Pan 1, fruta de temporada	Sopa de pasta 1 Empanada casera de pollo/carne 1 Pan 1, lácteo 7	Judías verdes rehogadas Salchichas con patatas Pan 1, fruta de temporada	Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Pan 1, fruta de temporada
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de zanahoria Churrasco con patatas Pan 1, fruta de temporada	Potaje de alubias Pizza casera con atún 1, 7, 4 Pan 1, fruta de temporada	Crema de verduras Guiso de calamares con patata Pan 1, fruta de temporada	Sopa de pasta 1 Lomo al ajillo con arroz Pan 1, lácteo 7	Ensalada mixta 3, 4 Lentejas caseras Pan 1, fruta de temporada
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de verduras Estofado de carne con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada	Potaje de garbanzos Merluza al horno con ensalada Pan 1, fruta de temporada	Sopa de pasta 1 Filete de pollo con patatas Pan 1, lácteo 7	Menestra Albóndigas caseras con arroz Pan 1, fruta de temporada	Croquetas con ensalada 1, 3, 8 Macarrones con atún 1, 4 Pan 1, fruta de temporada

1. Todos los menús son elaborados bajos en sal y grasas
2. Los menús son modificados en casos de alergia o intolerancia
3. Cumpliendo con el reglamento (EU) nº 1169/2011, las materias alérgicas que pueden contener nuestros platos y se indican al lado de cada uno de ellos son: 1; CEREALES, 2; CRUSTÁCEOS, 3; HUEVOS, 4; PESCADO, 5; CACAHUETES, 6; SOJA, 7; LÁCTEOS, 8; FRUTOS SECOS, 9; APIO, 10; MOSTAZA, 11; SÉSAMO, 12; SULFITOS, 13; ALTRAMUCES, 14; MOLUSCOS.

Amil 19.

Caracas nº 4
36203 - Vigo
C/ Augusto González Besada, 15
36001 Pontevedra
986 114 517 - 698 167 989
Info@dieta.coherente.com

