



42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:38:38 +01'00'

Menú Basal

Sabor a Gloria 
 #gloria_sabor

Comidas que llegan
f /saboragloria.es

Teléfono:  928 35 18 63
 /sabor_a_gloria_ | 

 www.saboragloria.es
informacion@saboragloria.es

	1º SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																									
Lunes	CREMA DE VERDURAS																									
Almuerzo	ALBONDIGAS HORNO EN SALSA CASERA CON ARROZ BLANCO										X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Cena	CONSOME CAMPESINO										X					X			X	X	X	X				X
	TORTILLA FRANCESA TOMATES COMPUESTOS												X											X		
Kcal	FRUTA																									
Martes	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS										X					X			X	X	X	X	X			X
Almuerzo	CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA MIXTA										X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																									
Cena	HABICHELAS COMPUESTAS															X			X	X	X	X				X
	CON JAMON YORK															X			X	X	X	X				X
Kcal	YOGURT															X	X	X					X			X
Miercoles	POTAJE DE BERROS															X							X			
Almuerzo	POLLO MECHADO CON CUS CUS										X					X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																									
Cena	ENSALADA DE PASTA MEDITERRANEA										X			X		X		X	X	X	X				X	
	CON HORTALIZAS FRESCAS Y ATUN										X			X		X							X			
Kcal	FRUTA																									
Jueves	CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS															X			X	X	X	X				
	CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUIADAS										X					X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																									
Cena	CONSOME CON LEGUMBRES										X					X			X	X	X	X				X
	TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE PEPINO												X			X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																						X			X
Viernes	POTAJE DE CALABAZA															X							X			X
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS															X			X	X	X	X				X
Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA										X		X		X	X	X				X	X			X	
Cena	PESCADO CON MENESTRA													X		X			X	X	X	X				X
	Y PAPAS A LO POBRE															X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																									
Sabana	ENSALADA DE LA HUERTA															X			X	X	X	X				
Almuerzo	PAPAS JUDAS Y FIDEOS (SIN GRASA ANIMAL)										X					X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																									
Cena	BOCADILLO CON PAN INTEGRAL DE POLLO PLANCHA CON VEGETALES										X					X			X	X	X	X				X
	YOGURT															X	X	X								
Kcal	FRUTA																									
Domingo	SOPA DE PESCADO										X			X		X			X	X	X	X				X
Almuerzo	LOMO ENCEBOLLADO CON ENSALADA DE PIMIENTOS															X			X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA																						X			
Cena	SALTEADO DE TOMATES, CLABACINES,PAPAS												X			X			X	X	X	X				X
	AL ROMERO Y CABALLAS												X			X			X	X	X	X				X
Kcal	GELATINA																						X			X

2º SEMANA (06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)																
Lunes	CREMA DE ACELGAS							X				X	X		X	
Almuerzo	PASTA CON SALSA NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMON YORK	X						X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTAS															
	VERDURAS COMPUESTAS							X				X	X	X	X	X
Cena	CON HUEVO			X				X							X	X
Kcal	FRUTA															
Martes	POTAJE DE LENTEJAS														X	X
Almuerzo	POLLO CON CEBOLLA, ZANAHORIAS Y PAPAS GUISADAS							X				X	X	X	X	X
Kcal	YOGURT							X	X	X						
	SOPA CAMPERA	X						X				X	X	X	X	X
Cena	ENSALADA DE PIMIENTOS, TOMATE, PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON			X				X	X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Miercoles	CALDO DE CILANTRO	X						X				X	X	X	X	X
Almuerzo	MERLUZA REBOZADA AL HORNO CON ENSALADA TROPICAL	X	X	X	X			X	X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS			X				X							X	
	CON TOMATE ASADO Y ARROZ AL VAPOR							X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Jueves	CREMA DE GUISANTES											X	X	X	X	
Almuerzo	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL							X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	EMPANADA	X	X	X	X			X	X	X		X	X	X	X	X
	CON WOK DE, CALABACINES, BERENJENAS ,PIMIENTOS Y CEBOLLA											X	X	X	X	X
Kcal	GELATINA														X	X
Viernes	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZO	X						X				X	X	X	X	X
Almuerzo	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA			X				X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
	ARROZ CHINO CINCO DELICIAS							X				X	X	X	X	X
Cena	(GUISANTES, MILLO ZANAHORIAS, JAMON Y PAVO EN DADOS)	X						X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Sabado	POLLO A LA MOSTAZA							X				X	X	X	X	X
Almuerzo	CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES CAMPEROS							X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	CALABRIADA NIÇOISE				X											
	CON ATUN (NO ANCHOAS)			X	X			X				X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Domingo	ENSALADA DE BETERRADA	X						X				X	X	X	X	X
Almuer.	LASAÑA ITALIANA	X	X	X			X	X	X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															X
Cena	PESCADO AL HORNO				X			X				X	X	X	X	X
	CON VERDURAS CON AJO Y PEREJIL				X			X				X	X	X	X	X
Kcal	NATILLA SIN AZUCAR DESNATADAS	X		X				X	X	X				X	X	X





Menú Basal

42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente
por 42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:46:22 +01'00'

		3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)																							
Lunes		CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS																		X	X	X	X		
Almuerzo		PAELLA														X				X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Cena		ENSALADA LIBANESA										X				X				X	X	X	X		X
		CON TORTILLA FRANCESA												X					X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																							
Martes		POTAJE DE ESPINACAS																		X	X		X		X
Almuerzo		POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR										X				X				X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Cena		VERDURAS SALTEADAS														X				X	X	X	X		X
		CON CROQUETAS DE PESCADO AL HORNO										X		X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Miercoles		SOPA HORTELANA										X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS														X				X	X	X	X		X
	Kcal	YOGURT NATURAL														X	X	X							
Cena		ESTOFADO DE GUISANTES Y PAPAS														X				X	X	X	X		X
		CON TAQUITOS DE PAVO										X		X			X	X	X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																							
Jueves		POTAJE DE BERROS																		X	X		X		
		MACARRONES CON SALSA DE ATUN										X			X		X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Cena		CONSOME										X					X			X	X	X	X		X
		TORTILLA CON SALTEADO DE CALABACIN Y BROCOLI												X			X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Viernes		CREMA CANARIA										X											X		X
Almuerzo		ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO										X				X				X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Cena		ENSALADA CON CABALLAS ALIÑO DE CILANTRO													X		X	X		X	X	X	X		X
		Y PAPAS GUIADAS												X									X		
	Kcal	FRUTA																							
Sabado		TALLARINES CON POLLO										X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS										X		X			X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																					X		X
Cena		PESCADO AL HORNO													X				X	X	X	X			
		CON SALPICON DE LENTEJAS										X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																							
Domingo		ENSALADA DE LA CASA														X				X	X	X	X		X
Almuerzo		PAVO EN SU JUGO CON PAPAS SALTEADAS										X				X				X	X	X	X		X
	Kcal	GELATINA																					X		X
Cena		MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ												X			X			X	X	X	X		X
		Y HUEVO GUISADO												X											
	Kcal	FRUTA																							

4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)																									
Lunes	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS																					X		X	
Almuerzo	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY Y PAPAS A LO POBRE															X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS																								
	CONSOME											X				X			X	X	X	X		X	
Cena	TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIAS Y GUISANTES													X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Martes	CREMA DE VERDURAS																					X		X	
Almuerzo	FIDEUA MEDITERRANEA											X			X		X			X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT NATURAL															X	X	X							
Cena	ENSALADA CAMPERA DE PAPAS CON ATUN											X			X		X		X	X	X	X		X	
	ENVUELTO MEDITERRANEO DE VERDURAS Y FILO											X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	
Kcal	FRUTA																								
Miercoles	PURE DE DE BERROS																					X		X	
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO															X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																								
Cena	PESCADO AL HORNO														X		X		X	X	X	X		X	
	CON TOMATES ASADOS Y MENESTRA															X			X	X	X	X		X	
Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA											X		X		X	X	X			X	X		X	
Jueves	SOPA DE VERDURA											X				X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	ROPA VIEJA											X				X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Cena	COMPUESTO VERDURAS. CON											X		X		X			X	X	X	X		X	
	HUEVOS GUISADOS													X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																					X		X	
Viernes	POTAJE DE TEMPORADA																					X		X	
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PESCADO														X		X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Cena	ENSALADA VERDE COMPLETA															X			X	X	X	X			
	CON HAMBURGUESAS A LA PLANCHA											X				X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Sabado	MUSLITO DE POLLO AL CURRY											X				X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	CON SALTEADO CHINO											X		X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Cena	VERDURAS A LA VINAGRETA Y PAPAS GUISADAS											X			X		X		X	X	X	X		X	
	CON SARDINILLAS														X		X		X	X	X	X		X	
Kcal	GELATINA															X					X			X	
Domingo	ENSALADA MIXTA																							X	
Almuer.	FABADA (SIN GRASA ANIMAL)											X				X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								
Cena	CONSOME DE VERDURAS											X				X			X	X	X	X		X	
	CROQUETAS DE PESCADO CON PISTO											X		X	X	X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																								



Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:39:56 +01'00'

Menú Basal Reforzado

Sabor a Gloria  Comidas que llegan | Teléfono:  928 35 18 63 |  www.saboragloria.es
 #gloria_sabor |  /saboragloria.es |  /sabor_a_gloria_ |  informacion@saboragloria.es

		1º SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																											
Lunes		CREMA DE VERDURAS (R.TERNERA)																							X				
Almuerzo		ALBONDIGAS HORNO EN SALSA CASERA CON ARROZ BLANCO												X						X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		CREMA CAMPESINA (R.POLLO)												X					X			X	X	X	X			X	
		TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS														X										X			
	Kcal	FRUTA																											
Martes		PURE DE LA ABUELA CON GARBANZOS (R.PESCADO)															X					X	X	X	X				
Almuerzo		CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA MIXTA												X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																											
Cena		CREMA (R.TERNERA)																								X			
		HABICHUELAS COMPUESTAS CON JAMON YORK																	X			X	X	X	X			X	
	Kcal	YOGURT																	X	X	X								
Miercoles		POTAJE DE BERROS (R.POLLO)																	X							X			
Almuerzo		POLLO MECHADO CON CUS CUS												X					X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																											
Cena		PURE (R.PESCADO)															X									X			
		ENSALADA DE PASTA MEDITERRANEA Y CON HORTALIZAS FRESCAS Y ATUN												X			X		X			X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA																											
Jueves		CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS (R TERNERA)																				X			X	X			
		CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUISADAS												X					X			X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA																											
Cena		PURE CON LEGUMBRES (R.POLLO)												X												X			
		TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE PEPINO														X			X			X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA																								X		X	
Viernes		POTAJE DE CALABAZA (R.PESCADO)															X									X			
Almuerzo		ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS																	X			X	X	X	X			X	
	Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA												X		X		X	X	X	X			X	X		X		
Cena		CREMA (R.TERNERA)																								X			
		PESCADO CON MENESTRA Y PAPAS A LO POBRE														X			X			X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA																											
Sabana		PAPAS,JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASA ANIMAL)(RPOLLO)												X					X			X	X	X	X			X	
Almuerzo		ENSALADA DE LA HUERTA ,												X					X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																											
Cena		CREMA (R.PESCADO)															X		X			X	X	X	X			X	
		BOCADILLO CON PAN INTEGRAL DE POLLO PLANCHA CON VEGETALES												X					X	X	X	X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA,YOGURT																	X	X	X								
Domingo		PURE (R.TERNERA)																	X			X			X			X	
Almuerzo		LOMO ENCEBOLLADO CON ENSALADA DE PIMIENTOS																	X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																							X				
Cena		CREMA DE VERDURAS (R.POLLO)																				X	X	X	X			X	
		SALTEADO TOMATES, CALABACINES Y PAPAS AL ROMERO Y CABALLAS														X			X			X	X	X	X		X		
	Kcal	GELATINA																								X		X	

2º SEMANA(06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene																
Lunes	CREMA DE ACELGAS (R.PESCADO)							X					X	X		X
Almuerzo	PASTA CON SALSA NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMON YORK				X					X			X	X	X	X
Kcal	FRUTAS															
	PURE (R.TERNERA)														X	X
Cena	VERDURAS COMPUESTAS CON HUEVO							X		X			X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Martes	POTAJE DE LENTEJAS (R.POLLO)				X					X			X	X	X	X
Almuerzo	POLLO CON CEBOLLA, ZANAHORIAS Y PAPAS GUIADAS									X			X	X	X	X
Kcal	YOGURT									X	X	X				
	CREMA CAMPERA (R.PESCADO)							X					X			X
Cena	ENSALADA DE PIMIENTOS,TOMATE,PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON									X	X		X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Miercoles	PURE (R.TERNERA)									X			X	X	X	X
Almuerzo	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA TROPICAL				X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	CREMA (R.POLLO)									X						X
	TORTILLA DE ESPINACAS Y CON TOMATE ASADO Y ARROZ AL VAPOR							X					X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Jueves	CREMA DE GUISANTES (R.PESCADO)							X					X	X	X	X
Almuerzo	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL									X			X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	CREMA (R.TERNERA)															X
	EMPANADA DE PAVO CON WOK DE, CALABACINES, BERENJENAS ,PIMIENTOS Y CEBOLLA				X			X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	GELATINA															X
Viernes	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS (R.POLLO)									X			X	X	X	X
Almuerzo	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA							X					X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
	CREMA (R.PESCADO) / ARROZ CHINO CINCO DELICIAS							X		X			X	X	X	X
Cena	(GUISANTES, MILLO ZANAHORIAS, JAMON Y PAVO EN DADOS)									X			X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Sabado	PURÉ (R.TERNERA)									X			X		X	X
Almuerzo	POLLO A LA MOSTAZA CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES CAMPEROS				X					X			X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Cena	CREMA (R.POLLO)															X
	CALABRIADA NICOISE CON ATUN (NO ANCHOAS)							X	X				X	X	X	X
Kcal	FRUTA															
Domingo	PURE (R. PESCADO)							X								X
Almuer.	LASAÑA ITALIANA				X	X	X			X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA															X
Cena	CREMA (R.TERNERA)									X					X	X
	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS CON AJO Y PEREJIL							X		X			X	X	X	X
Kcal	NATILLA SIN AZUCAR DESNATADAS				X			X		X	X				X	X

Sabor aGloria Comidas que llegan 42854110G GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397) Firmado digitalmente por 42854110G GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397) Fecha: 2025.09.15 14:53:48 +01'00' Menú Basal Reforzado GLUTEN CRUSTÁCEO HUEVO PESCADO CACAHUETE SOJA LECHE FRUTO DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITO MOLUSCO COLORANTE ALIMENTA.													Sabor a Gloria #gloria_sabor /saboragloria.es /sabor_a_gloria_ informacion@saboragloria.es Comidas que llegan Teléfono: 928 35 18 63 www.saboragloria.es																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)													4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
Lunes	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS (R.POLLO)												X								X	X	X	X																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			</



Registro Sanitario R/S GC/26/CP9522 |



Campus Universitario de Tafira, frente al instituto Felo Monzón [Carretera Lomo Blanco 41, 35015, Las Palmas] Sabor a Gloria - Comidas que llegan





42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:51:12 +01'00'

Menú Hipocalorico

3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)												GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA. E102 E120
Lunes	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS																			X	X	X	X		
Almuerzo	PAELLA																X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA LIBANESA											X					X			X	X	X	X		X
Cena	CON TORTILLA FRANCESA													X			X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Martes	POTAJE DE ESPINACAS																			X	X		X		X
Almuerzo	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	VERDURAS SALTEADAS																X			X	X	X	X		X
Cena	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Miercoles	SOPA HORTELANA											X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS																X			X	X	X	X		X
Cena	YOGURT NATURAL 0%																X	X	X						
	ESTOFADO DE GUISANTES Y PAPAS																X			X	X	X	X		X
Cena	CON TAQUITOS DE PAVO											X		X			X	X	X	X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Jueves	POTAJE DE BERROS																			X	X		X		
Cena	MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE ATUN											X			X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Cena	CONSOME											X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA CON SALTEADO DE CALABACIN Y BROCOLI													X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	CREMA CANARIA																						X		X
Almuerzo	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA CON CABALLAS ALIÑO DE CILANTRO														X		X	X		X	X	X	X		X
Cena	Y PAPAS GUIADAS														X								X		
	FRUTA																								
Sabado	TALLARINES INTEGRALES CON POLLO											X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS											X		X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																						X		X
	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		
Cena	CON SALPICON DE LENTEJAS											X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Domingo	ENSALADA DE LA CASA																X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PAVO EN SU JUGO PAPAS SALTEADAS																X			X	X	X	X		X
Cena	GELATINA 0%																						X		X
	MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ													X			X			X	X	X	X		X
Cena	Y HUEVO GUISADO													X											
	FRUTA																								

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
 #gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)																										
Lunes	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS																					X		X		
Almuerzo	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY Y PAPAS GUIADAS																X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS																									
	CONSOME											X					X			X	X	X	X		X	
Cena	TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIAS Y GUISANTES													X			X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Martes	CREMA DE VERDURAS																						X		X	
Almuerzo	FIDEUA MEDITERRANEA											X				X		X			X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT 0%																X	X	X							
Cena	ENSALADA CAMPERA DE PAPAS CON ATUN											X				X				X	X	X	X		X	
	ENVUELTO MEDITERRANEO DE VERDURAS Y FILO															X				X	X	X	X	X	X	
Kcal	FRUTA																									
Miercoles	PURE DE DE BERROS																						X		X	
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO																X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	PESCADO AL HORNO															X				X	X	X	X		X	
	CON TOMATES ASADOS Y MENESTRA																X			X	X	X	X		X	
Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA											X			X		X	X	X			X	X		X	
Jueves	SOPA DE VERDURA											X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	ROPA VIEJA											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	COMPUESTO DE VERDURAS CON															X				X	X	X	X		X	
	HUEVOS GUIADOS																X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																						X		X	
Viernes	POTAJE DE TEMPORADA																						X		X	
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PESCADO															X				X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	ENSALADA VERDE COMPLETA																X			X	X	X	X			
	CON HAMBURGUESAS A LA PLANCHA											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Sabado	MUSLITO DE POLLO AL CURRY											X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	CON ARROZ BLANCO											X			X				X		X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	VERDURAS A LA VINAGRETA, PAPAS GUIADAS											X				X				X	X	X	X		X	
	CON SARDINILLAS																X			X	X	X	X		X	
Kcal	GELATINA 0%																X					X			X	
Domingo	ENSALADA MIXTA																								X	
Almuer.	FABADA (SIN GRASA ANIMAL)											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	CONSOME DE VERDURAS											X					X			X	X	X	X		X	
	PESCADO CON PISTO																X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									



Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:41:49 +01'00'

MENU DIABETICO

Sabor a Gloria  Comidas que llegan | Teléfono:  928 35 18 63 |  www.saboragloria.es
 #gloria_sabor |  /saboragloria.es |  /sabor_a_gloria_ |  informacion@saboragloria.es

		1º SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																								
Lunes		CREMA DE VERDURAS																		X						
Almuerzo		ALBONDIGAS HORNO CON ARROZ BLANCO										X					X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		CONSOME CAMPESINO										X				X			X	X	X	X			X	
		TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS												X								X				
	Kcal	FRUTA																								
Martes		SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS										X				X			X	X	X	X			X	
Almuerzo		CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA MIXTA													X	X		X	X	X	X					
	Kcal	FRUTA																								
Cena		HABICHELAS COMPUESTAS													X			X	X	X	X			X		
		CON JAMON YORK													X			X	X	X	X			X		
	Kcal	YOGURT 0%													X	X	X				X			X		
Miercoles		POTAJE DE BERROS														X						X			X	
Almuerzo		POLLO MECHADO CON CUS CUS										X				X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																								
Cena		ENSALADA DE PASTA INTEGRAL MEDITERRANEA										X			X			X	X	X	X			X		
		CON HORTALIZAS FRESCAS Y ATUN										X			X						X					
	Kcal	FRUTA																								
Jueves		CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS														X			X	X	X	X				
		CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUISADAS										X				X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																								
Cena		CONSOME CON LEGUMBRES										X				X			X	X	X	X			X	
		TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE PEPINO												X		X		X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																			X			X		
Viernes		POTAJE DE CALABAZA														X						X			X	
Almuerzo		ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS														X		X	X	X	X			X		
	Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA										X		X		X	X	X		X	X			X		
Cena		PESCADO CON MENESTRA												X		X		X	X	X	X			X		
		Y PAPAS GUISADAS													X			X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																								
Sabana		ENSALADA DE LA HUERTA														X			X	X	X	X				
Almuerzo		PAPAS, JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASA ANIMAL)										X				X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																								
Cena		BOCADILLO INTEGRAL DE POLLO PLANCHA CON VEGETALES										X				X			X	X	X	X			X	
		YOGURT 0%														X	X	X								
	Kcal	FRUTA																								
Domingo		SOPA DE PESCADO										X				X			X	X	X	X			X	
Almuerzo		LOMO ENCEBOLLADO CON ENSALADA DE PIMIENTOS														X			X	X	X	X			X	
	Kcal	FRUTA																			X					
Cena		SALTEADO DE TOMATES, CLABACINES Y PAPAS												X		X		X	X	X	X			X		
		AL ROMERO CON CABALLAS												X		X		X	X	X	X			X		
	Kcal	GELATINA 0%																			X			X		

2º SEMANA(06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)																	
Lunes	CREMA DE ACELGAS							X				X	X		X		
Almuerzo	PASTA INTEGRAL CON SALSA NAPOLITANA CON JAMON SERRANO Y JAMON YORK	X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS																
	VERDURAS COMPUESTAS							X				X	X	X	X		X
Cena	CON HUEVO			X				X							X		
Kcal	FRUTA																
Martes	POTAJE DE LENTEJAS														X		X
Almuerzo	POLLO CON CEBOLLA, ZANAHORIAS Y PAPAS GUIADASAS							X				X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT 0%							X	X	X							
	SOPA CAMPERA	X						X				X	X	X	X		X
Cena	ENSALADA DE PIMIENTOS,TOMATE,PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON							X	X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Miercoles	CALDO DE CILANTRO	X						X				X	X	X	X		X
Almuerzo	MERLUZA CON ENSALADA TROPICAL	X	X	X	X			X	X	X		X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS			X				X							X		
	CON TOMATE ASADO Y ARROZ AL VAPOR							X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Jueves	CREMA DE GUISANTES											X	X	X	X		
Almuerzo	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL							X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Cena	PAVO							X		X		X	X	X	X	X	
	CON WOK DE, CALABACINES, BERENJENAS ,PIMIENTOS Y CEBOLLA											X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA 0%														X		X
Viernes	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS	X						X				X	X	X	X		X
Almuerzo	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA			X				X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
	ARROZ CHINO CINCO DELICIAS							X				X	X	X	X		X
Cena	(GUISANTES, MILLO ZANAHORIAS, JAMON Y PAVO EN DADOS	X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Sabado	POLLO A LA MOSTAZA							X				X	X	X	X		X
Almuerzo	CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES CAMPEROS							X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Cena	CALABRIADA NIÇOISE				X												
	CON ATUN (NO ANCHOAS)			X	X			X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																
Domingo	ENSALADA DE BETERRADA	X						X				X	X	X	X		X
Almuer.	PASTA INTEGRAL CON TERNERA	X	X	X		X	X	X	X	X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																X
Cena	PESCADO AL HORNO				X			X				X	X	X	X		X
	CON VERDURAS CON AJO Y PEREJIL				X			X				X	X	X	X		X
Kcal	NATILLA SIN AZUCAR DESNATADAS	X		X				X	X	X				X	X		X



42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:47:37 +01'00'

Menú Diabético

3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)																																	
Lunes	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS																								X	X	X	X					
Almuerzo	PAELLA																					X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Cena	ENSALADA LIBANESA																X					X				X	X	X	X				X
	CON TORTILLA FRANCESA																			X					X	X	X	X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Martes	POTAJE DE ESPINACAS																									X	X		X				X
Almuerzo	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR																X					X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Cena	VERDURAS SALTEADAS																					X				X	X	X	X				X
	CROQUETAS																			X					X	X	X	X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Miercoles	SOPA HORTELANA																X					X				X	X	X	X				X
Almuerzo	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS																					X				X	X	X	X				X
	Kcal	YOGURT NATURAL 0%																					X	X	X								
Cena	ESTOFADO DE GUISANTES Y PAPAS																					X				X	X	X	X				X
	CON TAQUITOS DE PAVO																X			X		X	X	X	X	X	X	X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Jueves	POTAJE DE BERROS																									X	X		X				
	MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE ATUN																X			X		X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Cena	CONSOME																X					X				X	X	X	X				X
	TORTILLA CON SALTEADO DE CALABACIN Y BROCOLI																			X		X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Viernes	CREMA CANARIA																													X			X
Almuerzo	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO																X					X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Cena	ENSALADA CON CABALLAS ALIÑO DE CILANTRO																			X		X	X		X	X	X	X				X	
	Y PAPAS GUIADAS																			X									X				
	Kcal	FRUTA																															
Sabado	TALLARINES INTEGRALES CON POLLO																X					X				X	X	X	X				X
Almuerzo	Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS																X			X		X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																												X			X
Cena	PESCADO AL HORNO																			X		X			X	X	X	X					
	CON SALPICON DE LENTEJAS																X					X				X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																															
Domingo	ENSALADA DE LA CASA																					X				X	X	X	X				X
Almuerzo	PAVO EN SU JUGO CON PAPAS SALTEADAS																					X				X	X	X	X				X
	Kcal	GELATINA 0%																												X			X
Cena	MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ																			X		X			X	X	X	X				X	
	Y HUEVO GUISADO																			X													
	Kcal	FRUTA																															

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
 #gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)																										
Lunes	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS																					X		X		
Almuerzo	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY Y PAPAS GUIADAS																X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS																									
	CONSOME											X					X			X	X	X	X		X	
Cena	TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIAS Y GUISANTES													X			X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Martes	CREMA DE VERDURAS																						X		X	
Almuerzo	FIDEUA MEDITERRANEA											X			X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	YOGURT 0%																X	X	X							
Cena	ENSALADA CAMPERA DE PAPAS CON ATUN											X			X		X			X	X	X	X		X	
	ENVUELTO MEDITERRANEO DE VERDURAS Y FILO														X		X			X	X	X	X	X	X	
Kcal	FRUTA																									
Miercoles	PURE DE DE BERROS																						X		X	
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO																X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		X	
	CON TOMATES ASADOS Y MENESTRA																X			X	X	X	X		X	
Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA											X		X		X	X	X			X	X		X		
Jueves	SOPA DE VERDURA											X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	ROPA VIEJA											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	COMPUESTO DE VERDURAS CON														X		X			X	X	X	X		X	
	HUEVOS GUIADOS														X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																						X		X	
Viernes	POTAJE DE TEMPORADA																						X		X	
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PESCADO														X		X			X	X		X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	ENSALADA VERDE COMPLETA																X			X	X	X	X			
	CON HAMBURGUESAS A LA PLANCHA											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Sabado	MUSLITO DE POLLO AL CURRY											X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	CON ARROZ BLANCO											X		X			X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	VERDURAS A LA VINAGRETA, PAPAS GUIADAS											X			X		X			X	X	X	X		X	
	CON SARDINILLAS														X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	GELATINA 0%																X					X			X	
Domingo	ENSALADA MIXTA																								X	
Almuer.	FABADA (SIN GRASA ANIMAL)											X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									
Cena	CONSOME DE VERDURAS											X					X			X	X	X	X		X	
	PESCADO CON PISTO														X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																									



42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2025.09.15
16:00:56 +01'00'

MENU SIN LACTOSA

Sabor a Gloria  Comidas que llegan | Teléfono:  928 35 18 63 |  www.saboragloria.es
 #gloria_sabor |  /saboragloria.es |  /sabor_a_gloria_ |  informacion@saboragloria.es

		1° SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)															
Lunes		CREMA DE VERDURAS															
	Almuerzo	ALBONDIGAS HORNO CON ARROZ BLANCO															
	Kcal	FRUTA															
Cena		CONSOME CAMPESINO															
		TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS															
	Kcal	FRUTA															
Martes		SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS															
	Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA MIXTA															
	Kcal	FRUTA															
Cena		HABICHELAS COMPUESTAS															
		CON JAMON YORK															
	Kcal	YOGUR SIN LACTOSA															
Miercoles		POTAJE DE BERROS															
	Almuerzo	POLLO MECHADO CON CUS CUS															
	Kcal	FRUTA															
Cena		ENSALADA DE PASTA MEDITERRANEA INT															
		CON HORTALIZAS FRESCAS Y ATUN															
	Kcal	FRUTA															
Jueves		CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS															
		CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUIADAS															
	Kcal	FRUTA															
Cena		CONSOME CON LEGUMBRES															
		TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE PEPINO															
	Kcal	FRUTA															
Viernes		POTAJE DE CALABAZA															
	Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS															
	Kcal	POSTRE SOJA															
Cena		PESCADO CON MENESTRA															
		Y PAPAS GUIADAS															
	Kcal	FRUTA															
Sabana		ENSALADA DE LA HUERTA															
	Almuerzo	PAPAS JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASA ANIMAL)															
	Kcal	FRUTA															
Cena		BOCADILLO INTEGRAL DE POLLO PLANCHA CON VEGETALES															
		YOGUR SIN LACTOSA															
	Kcal	FRUTA															
Domingo		SOPA DE PESCADO															
	Almuerzo	LOMO ENCEBOLLADO CON ENSALADA DE PIMIENTOS															
	Kcal	FRUTA															
Cena		SALTEADO DE TOMATES, CLABACINES Y PAPAS															
		AL ROMERO Y CABALLAS															
	Kcal	GELATINA 0%															

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
2º SEMANA((06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)															
Lunes	CREMA DE ACELGAS						X			X	X		X		
Almuerzo	PASTA CON SALSA NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMON YORK	X					X			X	X	X	X		X
	FRUTAS														
	VERDURAS COMPUESTAS						X			X	X	X	X		X
Cena	CON HUEVO			X			X						X		
	FRUTA														
Martes	POTAJE DE LENTEJAS												X		X
Almuerzo	POLLO CON CEBOLLA, ZANAHORIAS Y PAPAS GUIADAS						X			X	X	X	X		X
	YOGURT SIN LACTOSA						X		X						
	SOPA CAMPERA	X					X			X	X	X	X		X
Cena	ENSALADA PIMIENTOS,TOMATE,PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON SIN LACTOSA			X			X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Miercoles	CALDO DE CILANTRO	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO AL HORNO CON ENSALADA TROPICAL SIN ACEITUNAS	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA														
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS			X			X						X		
	CON TOMATE ASADO Y ARROZ AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Jueves	CREMA DE GUISANTES									X	X	X	X		
Almuerzo	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL						X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	PAVO						X		X	X	X	X	X	X	
	CON WOK DE, CALABACINES, BERENJENAS ,PIMIENTOS Y CEBOLLA									X	X	X	X		X
	GELATINA 0%												X		X
Viernes	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA			X			X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
	ARROZ CHINO CINCO DELICIAS						X			X	X	X	X		X
Cena	(GUISANTES, MILLO ZANAHORIAS, JAMON Y PAVO EN DADOS	X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Sabado	POLLO A LA MOSTAZA						X			X	X	X	X		X
Almuerzo	CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES CAMPEROS						X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	CALABRIADA NIÇOISE				X										
	CON ATUN (NO ANCHOAS)			X	X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Domingo	ENSALADA DE BETERRADA	X					X			X	X	X	X		X
Almuer.	PASTA CON TERNERA INTEGRAL	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														X
Cena	PESCADO AL HORNO				X		X			X	X	X	X		X
	CON VERDURAS CON AJO Y PEREJIL				X		X			X	X	X	X		X
	POSTRE SOJA	X		X			X		X			X	X		X



42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2025.09.15
14:52:35 +01'00'

Menú SIN LACTOSA

3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)												GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS																			X	X	X	X		
Almuerzo	PAELLA																X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA LIBANESA											X					X			X	X	X	X		X
Cena	CON TORTILLA FRANCESA													X			X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Martes	POTAJE DE ESPINACAS																			X	X		X		X
Almuerzo	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	VERDURAS SALTEADAS																X			X	X	X	X		X
Cena	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Miercoles	SOPA HORTELANA											X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS																X			X	X	X	X		X
Cena	YOGUR SIN LACTOSA																X								
	ESTOFADO DE GUISANTES Y PAPAS																X			X	X	X	X		X
Cena	CON TAQUITOS DE PAVO SIN LACTOSA											X		X			X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Jueves	POTAJE DE BERROS																			X	X		X		
Cena	MACARRONES INTEGRAL CON SALSA DE ATUN											X			X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Cena	CONSOME											X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA CON SALTEADO DE CALABACIN Y BROCOLI													X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	CREMA CANARIA																						X		X
Almuerzo	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA CON CABALLAS ALIÑO DE CILANTRO														X		X			X	X	X	X		X
Cena	Y PAPAS GUIADAS														X								X		
	FRUTA																								
Sabado	TALLARINES ITNEGRALESCON POLLO											X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS											X		X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																						X		X
	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		
Cena	CON SALPICON DE LENTEJAS											X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																								
Domingo	ENSALADA DE LA CASA																X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PAVO EN SU JUGO CON PAPA SALTEADAS																X			X	X	X	X		X
Cena	GELATINA 0%																						X		X
	MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ													X			X			X	X	X	X		X
Cena	Y HUEVO GUISADO													X											
	FRUTA																								

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)															
Lunes	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS													X	X
Almuerzo	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY Y PAPAS GUIADAS					X			X	X	X	X			X
Kcal	FRUTAS														
	CONSOME	X				X		X	X	X	X				X
Cena	TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIAS Y GUISANTES			X		X		X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA														
Martes	CREMA DE VERDURAS												X		X
Almuerzo	FIDEUA MEDITERRANEA	X			X		X		X	X	X	X			X
Kcal	YOGURT SIN LACTOSA					X		X							
Cena	ENSALADA CAMPERA DE PAPAS CON ATUN	X			X		X		X	X	X	X			X
	CON PAVO AL HORNO				X		X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA														
Miercoles	PURE DE DE BERROS												X		X
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO					X			X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Cena	PESCADO AL HORNO				X		X		X	X	X	X			X
	CON TOMATES ASADOS Y MENESTRA						X		X	X	X	X			X
Kcal	POSTRE DE SOJA	X		X		X	X				X	X			X
Jueves	SOPA DE VERDURA	X				X			X	X	X	X			X
Almuerzo	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Cena	COMPUESTO DE VERDURAS CON				X		X		X	X	X	X			X
	HUEVOS GUIADOS				X		X		X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA												X		X
Viernes	POTAJE DE TEMPORADA												X		X
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON PESCADO				X		X		X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Cena	ENSALADA VERDE COMPLETA					X		X	X	X	X				
	CON HAMBURGUESAS A LA PLANCHA	X				X		X	X	X	X				X
Kcal	FRUTA														
Sabado	MUSLITO DE POLLO AL CURRY	X				X			X	X	X	X			X
Almuerzo	CON ARROZ BLANCO	X		X		X			X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Cena	VERDURAS A LA VINAGRETA, PAPAS GUIADAS	X			X		X		X	X	X	X			X
	CON SARDINILLAS				X		X		X	X	X	X			X
Kcal	GELATINA 0%					X						X			X
Domingo	ENSALADA MIXTA														X
Almuer.	FABADA (SIN GRASA ANIMAL)	X				X			X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Cena	CONSOME DE VERDURAS	X				X		X	X	X	X				X
	PESCADO CON PISTO				X		X		X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														

Menú no acelgas

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	[1º] Semana(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)													
Lun.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	ALBÓNDIGAS HORNO EN SALSA CASERA CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Mie.	POTAJE DE BERROS					X							X	
Kcal	POLLO MECHADO CON COUSCOUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS					X			X	X	X	X		
Kcal	CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE CALABAZA	X				X							X	
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS					X			X	X	X	X		
	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA	X		X		X	X	X			X	X		

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	[3º] Semana ((13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)													
Lun.	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS								X	X	X	X		
Kcal	PAELLA			X		X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	POTAJE DE ESPINACAS								X	X		X		
Kcal	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mie.	SOPA HORTELANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS					X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Jue.	POTAJE DE BERROS								X	X		X		
Kcal	MACARRONES CON SALSA DE ATUN	X		X		X			X	X	X	X		
	FRUTA					X	X	X						
Vie.	CREMA CANARIA												X	
Kcal	ALBONDIGAS EN SALSA CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	[2º] Semana(06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)													
Lun.	CREMA SIN ACELGAS					X			X	X		X		
Kcal	PASTA CON SALSA NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMOS YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTAS													
Mar.	POTAJE DE LENTEJAS												X	
Kcal	POLLO CON CEBOLLA,ZANAHORIA Y PAPAS GUIADAS					X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Mie.	CALDO DE CILANTRO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA REBOZADA AL HORNO CON ENSALDA TROPICAL	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE GUISANTES								X	X	X	X		
Kcal	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	[4º]Semana((20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)													
Lun.	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS												X	
Kcal	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY PAPAS A LO POBRE	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	FIDEUA MEDITERRANEA	X		X		X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Mie.	PURE DE BERROS												X	
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE VERDURA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE TEMPORADA												X	
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PESCADO		X		X				X	X	X	X		
	FRUTA													

Menú no legumbres

[1º] Semana(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	ALBÓNDIGAS HORNO EN SALSA CASERA CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE LA ABUELA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Mie.	POTAJE DE BERROS SIN JUDIAS					X							X	
Kcal	POLLO MECHADO CON COUSCOUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS					X			X	X	X	X		
Kcal	CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE CALABAZA	X				X							X	
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS					X			X	X	X	X		
	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA	X		X		X	X	X			X	X		

[3º] Semana (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE PUERROS CALABAZA SIN JUDIAS								X	X	X	X		
Kcal	PAELLA			X		X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	POTAJE DE ESPINACAS SIN LEGUMBRES								X	X		X		
Kcal	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mie.	SOPA HORTELANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS					X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Jue.	POTAJE DE BERROS SIN JUDIAS								X	X		X		
Kcal	MACARRONES CON SALSA DE ATUN	X		X		X			X	X	X	X		
	FRUTA					X	X	X						
Vie.	CREMA CANARIA												X	
Kcal	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

[2º] Semana(06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE ACELGAS					X			X	X		X		
Kcal	PASTA CON SALSA NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMON YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTAS													
Mar.	POTAJE DE VERDURAS												X	
Kcal	POLLO CON CEBOLLA,ZANAHORIA Y PAPAS GUIADAS					X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Mie.	CALDO DE CILANTRO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA REBOZADA AL HORNO CON ENSALDA TROPICAL	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE CALABAZA SIN GUIANTES								X	X	X	X		
Kcal	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	FRUTA													

[4º]Semana(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA SIN JUDIAS												X	
Kcal	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY PAPAS A LO POBRE	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	FIDEUA MEDITERRANEA	X		X		X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Mie.	PURE DE BERROS SIN JUDIAS												X	
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE VERDURA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ROPA VIEJA SIN GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE TEMPORADA SIN LEGUMBRES												X	
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PESCADO		X		X				X	X	X	X		
	FRUTA													

[1º] Semana((01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	ALBÓNDIGAS HORNO EN SALSA CASERA CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	PESCADO PLANCHA DE PESCADO CON ENSALADA			X		X					X	X		
	FRUTA													
Mie.	POTAJE DE BERROS					X						X		
Kcal	POLLO MECHADO CON COUSCOUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE CALABACINES Y ZANAHORIAS					X			X	X	X	X		
Kcal	CINTA ASADA CON ESPECIAS Y PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE CALABAZA	X				X						X		
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PAVO Y VERDURAS					X			X	X	X	X		
	NATILLAS SIN AZUCAR Y LECHE DESNATADA	X		X		X	X	X			X	X		

[3º] Semana(13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS								X	X	X	X		
Kcal	PAELLA SIN MARISCOS			X		X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	POTAJE DE ESPINACAS								X	X		X		
Kcal	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mie.	SOPA HORTELANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS					X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Jue.	POTAJE DE BERROS								X	X		X		
Kcal	MACARRONES CON SALSA DE ATUN	X		X		X			X	X	X	X		
	FRUTA					X	X	X						
Vie.	CREMA CANARIA											X		
Kcal	ALBONDIGAS CON SALSA Y ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

[2º] Semana((06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	CREMA DE ACELGAS					X			X	X		X		
Kcal	PASTA CON SALSA NAPOLITANA JAMON SERRANO Y JAMON YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTAS													
Mar.	POTAJE DE LENTEJAS												X	
Kcal	POLLO CON CEBOLLA,ZANAHORIA Y PAPAS GUIADAS					X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Mie.	CALDO DE CILANTRO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	PESCADO PLANCHA HORNO CON ENSALDA TROPICAL			X		X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CREMA DE GUISANTES								X	X	X	X		
Kcal	REDONDO DE LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	FRUTA													

[4º]Semana(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
Lun.	POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA Y JUDIAS												X	
Kcal	LOMO ASADO CON CHIMICHURRY PAPAS A LO POBRE	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	CREMA DE VERDURAS												X	
Kcal	FIDEUA MEDITERRANEA	X		X		X			X	X	X	X		
	YOGURT NATURAL					X	X	X						
Mie.	PURE DE BERROS												X	
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE VERDURA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE DE TEMPORADA												X	
Kcal	ARROZ AMARILLO CON PESCADO		X		X				X	X	X	X		
	FRUTA													