



Menú Basal

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

		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
	Kcal	FRUTAS													
Cena	VERDURAS COMPUESTAS						X			X	X	X	X		X
	Kcal	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						
Cena	SOPA CAMPERA	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	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	X
	Kcal	FRUTA													
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS			X			X						X		
	Kcal	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	X
	Kcal	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													
Cena	ARROZ CHINO CINCO DELICIAS						X			X	X	X	X		X
	Kcal	(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										
	Kcal	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
	Kcal	FRUTA													X
Cena	PESCADO AL HORNO				X		X			X	X	X	X		X
	Kcal	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)												GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACHUETE	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
	CON TORTILLA FRANCESA													X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	POTAJE DE ESPINACAS																			X	X		X		X
	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	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
Cena	FRUTA																								
	SOPA HORTELANA											X					X			X	X	X	X		X
	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATES COMPUESTOS																X			X	X	X	X		X
Cena	YOGURT NATURAL																X	X	X						
	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
Cena	FRUTA																								
	POTAJE DE BERROS																			X	X		X		
	MACARRONES CON SALSA DE ATUN											X			X		X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	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
	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
	Y PAPAS GUIADAS														X								X		
Cena	FRUTA																								
	TALLARINES CON POLLO											X					X			X	X	X	X		X
	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		
	CON SALPICON DE LENTEJAS											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA DE LA CASA																X			X	X	X	X		X
	PAVO EN SU JUGO CON PAPAS SALTEADAS											X					X			X	X	X	X		X
Cena	GELATINA																						X		X
	MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ													X			X			X	X	X	X		X
	Y HUEVO GUISADO													X											
Cena	FRUTA																								

Sabor a Gloria #gloria_sabor | /saboragloria.es | Teléfono: 928 35 18 63 | www.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 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	
	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	
	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	
	CON SARDINILLAS														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																								

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

		1° SEMANA(01-05oct)	(27-02nov)	(24-30nov)	(22-28dic)	 GLUTEN	 CRUSTÁCEO	 HUEVO	 PESCADO	 CACAHUETE	 SOJA	 LECHE	 FRUTO DE CÁSCARA	 APIO	 MOSTAZA	 SÉSAMO	 SULFITO	 MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTARIO	
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												X	X	X	X			
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		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	
	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
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)					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	
		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	REDONDO DE PAVO 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		

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
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		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		X
Almuerzo	POLLO CON CEBOLLA, ZANAHORIAS Y PAPAS GUIADAS						X			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		X
Kcal	FRUTA														
Miercoles	PURE (R.TERNERA)						X			X	X	X	X		X
Almuerzo	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA TROPICAL	X	X	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	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		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		X
Kcal	GELATINA												X		X
Viernes	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES Y GARBANZOS (R.POLLO)						X			X	X	X	X		X
Almuerzo	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA			X			X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
	CREMA (R.PESCADO) / ARROZ CHINO CINCO DELICIAS				X		X			X	X	X	X		X
Cena	(GUISANTES, MILLO ZANAHORIAS, JAMON Y PAVO EN DADOS)						X			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		X
Kcal	FRUTA														
Cena	CREMA (R.POLLO)												X		
	CALABRIADA NICOISE CON ATUN (NO ANCHOAS)			X	X		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	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		X
Kcal	NATILLA SIN AZUCAR DESNATADAS	X		X			X	X	X			X	X		X

Sabor aGloria

Comidas que llegan

42854110G

GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)

42854110G

GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)

Fecha: 2025.09.15 14:53:48 +01'00'

Firmado digitalmente por 42854110G

GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)

Fecha: 2025.09.15 14:53:48 +01'00'

Menú Basal Reforzado

		GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)		RODRIGUEZ (R: B75675397) Fecha: 2025.09.15 14:53:48 +01'00'		GLUTEN		CRUSTACEO		HUEVO		PESCADO		CACAHUETE		SOJA		LECHE		FRUTO DE CASCARA		APIO		MOSTAZA		SÉSAMO		SULFITO		MOLUSCO		COLORANTE ALIMENTA.	
		3° SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)																															
Lunes		CREMA DE PUERROS CALABAZA Y JUDIAS (R.POLLO)		X																		X		X		X		X					
	Almuerzo	PAELLA										X				X						X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Cena		PURE (R. PESCADO)										X																X					
	Almuerzo	ENSALADA LIBANESA CON TORTILLA FRANCESA		X				X						X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Martes		POTAJE DE ESPINACAS (R. TERNERA)																				X		X				X					
Almuerzo		POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR												X								X		X		X		X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Cena		CREMA (R.POLLO)												X														X					
	Almuerzo	VERDURAS SALTEADAS CON CROQUETAS DE PESCADO AL HORNO		X				X		X				X		X		X		X		X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Miercoles		PURE HORTELANO (R.PESCADO)								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		CREMA (R. TERNERA)																										X					
	Almuerzo	ESTOFADO DE GUISANTES Y PAPAS CON TAQUITOS DE PAVO		X				X						X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Jueves		POTAJE DE BERROS (R.POLLO)																				X		X				X					
Almuerzo		MACARRONES CON SALSA DE ATUN		X				X				X										X		X		X		X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Cena		PURE (R.PESCADO)										X				X						X		X		X		X					
	Almuerzo	TORTILLA CON SALTEADO DE CALABACIN Y BROCOLI						X						X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Viernes		CREMA CANARIA (R.TERNERA)				X								X														X				X	
Almuerzo		ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO		X										X								X		X		X		X				X	
	Kcal	FRUTA																															
Cena		PURE (R.POLLO)												X														X					
	Almuerzo	ENSALADA CON CABALLAS ALIÑO DE CILANTRO Y PAPAS GUIADAS								X				X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Sabado		CREMA (R.PESCADO)						X																				X					
Almuerzo		TALLARINES CON POLLO Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS		X				X				X										X		X		X		X				X	
	Kcal	FRUTA																										X				X	
Cena		PURE(R.TERNERA)												X														X					
	Almuerzo	PESCADO AL HORNO CON SALPICON DE LENTEJAS		X				X						X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															
Domingo		CREMA(R.POLLO)												X								X		X		X		X				X	
Almuerzo		PAVO EN SU JUGO CON PAPAS SALTEADA		X										X								X		X		X		X				X	
	Kcal	GELATINA																										X				X	
Cena		PURE (R.PESCADO)										X																X					
	Almuerzo	MENESTRA DE VERDURAS CON ARROZ Y HUEVO GUISADO						X						X								X		X		X		X				X	
Kcal		FRUTA																															

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

MENU HIPOCALÓRICO

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° SEMANA01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																																			
Lunes		POTAJE DE VERDURAS																																			
	Almuerzo	ARROZ BLANCO CON ATUN																							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	PESCADO A LA PLANCHA 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		PASTA CON SALSA APARTE																				X			X		X			X	X	X	X				X
		CON HORTALIZAS FRESCAS Y ATUN																				X			X		X							X			
	Kcal	FRUTA																																			
Jueves		POTAJE DE CALABACIN Y ZANAHORIA																									X			X	X	X	X				
		CINTA ASADA Y PAPAS GUISADAS																				X		X	X		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 SI NADA																				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				X
	Almuerzo	REDONDO DE PAVO CON ENSALADA DE PIMIENTOS																									X			X	X	X	X				X
	Kcal	FRUTA																							X									X			
Cena		SALTEADO DE TOMATES, CLABACINES Y PAPAS																							X		X			X	X	X	X				X
		AL ROMERO Y CABALLAS																							X		X			X	X	X	X				X
	Kcal	GELATINA 0%																																	X		

2° SEMANA06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)																														
Lunes	POTAJE DE ACELGAS																				X			X	X		X			
Almuerzo	PASTA CON SALSAS A PARTE: 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 0%																				X	X	X							
	SOPA CAMPERA															X					X			X	X	X	X		X	
Cena	ENSALADA DE PIMIENTOS, TOMATE,PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON Y																				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															X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA																													
Cena	TORTILLA FRANCESA																	X			X						X			
	CON TOMATE ASADO Y ARROZ AL VAPOR																				X			X	X	X	X		X	
	FRUTA																													
Jueves	POTAJE DE CALABAZA																						X	X	X	X				
Almuerzo	LOMO CON PAPAS CUADRO CON AJO Y PEREJIL															X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	
	FRUTA																													
Cena	PAVO																				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	
Almuerzo	PASTA INTEGRAL SALSAS A PARTE															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	
	NATILLA SIN AZUCAR DESNATADAS															X		X			X	X	X		X	X		X		

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

		1° SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Lunes		CREMA DE VERDURAS																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							</

2° SEMANA(06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)																															
Lunes	CREMA DE ACELGAS																				X			X	X		X				
Almuerzo	PASTA INTEGRAL CON SALSAS Napolitana con 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 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		
	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		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 INTEGRAL CON TERNERA															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	
	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)												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
	CON TORTILLA FRANCESA													X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	POTAJE DE ESPINACAS																			X	X		X		X
	POLLO AL LIMON CON PAPAS AL VAPOR											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	VERDURAS SALTEADAS																X			X	X	X	X		X
	CROQUETAS														X		X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	SOPA HORTELANA											X					X			X	X	X	X		X
	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
	CON TAQUITOS DE PAVO											X		X			X	X	X	X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	POTAJE DE BERROS																			X	X		X		
	MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE ATUN											X			X		X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	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
	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
	Y PAPAS GUIADAS														X								X		
Cena	FRUTA																								
	TALLARINES INTEGRALES CON POLLO											X					X			X	X	X	X		X
	Y JULIANA DE VERDURAS COREANAS											X		X			X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	PESCADO AL HORNO														X		X			X	X	X	X		
	CON SALPICON DE LENTEJAS											X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																								
	ENSALADA DE LA CASA																X			X	X	X	X		X
	PAVO EN SU JUGO CON 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
	Y HUEVO GUISADO													X											
Cena	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		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																									



MENU SIN LACTOSA

		1° SEMANA(01-05oct)(27-02nov)(24-30nov)(22-28dic)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
Lunes		CREMA DE VERDURAS																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		</

2° SEMANA((06-12oct)(03-09nov)(01-07dic)(29-04ene)																												
Lunes	CREMA DE ACELGAS																		X			X	X		X			
Almuerzo	PASTA CON SALSAS NAPOLITANA Y JAMON SERRANO Y JAMON YORK													X					X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTAS																											
Cena	VERDURAS COMPUESTAS																		X			X	X	X	X			X
	CON HUEVO															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 SIN LACTOSA																		X		X							
Cena	SOPA CAMPERA													X					X			X	X	X	X			X
	ENSALADA PIMIENTOS,TOMATE,PEPINO Y JUDIAS BLANCAS CON JAMON SIN LACTOSA															X			X			X	X	X	X			X
	Kcal 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
	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																											
Cena	ARROZ CHINO CINCO DELICIAS																		X			X	X	X	X			X
	(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 CON TERNERA INTEGRAL													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 POSTRE SOJA													X		X			X		X		X	X			X	



Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2025.09.15

Menú 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

3º SEMANA (13-19oct)(10-16nov)(08-14dic)

[illegible]

4º SEMANA(20-26oct)(17-23nov)(15-21dic)

[illegible]

Menú no acelgas

[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	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		

[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			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													

[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 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													

[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													

Menú no legumbres

		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	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		

		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 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													

		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 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													

		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 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													

Menú no marisco ni fruto secos

[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													