



42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2025.10.02
13:18:12 +01'00'

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

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

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal



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'

Fecha: 2025.09.15
14:46:22 +01'00'

\(\backslash 00-14-11 \backslash\)

 GLUTEN
 CRUSTÁCEO
 HUEVO
 PESCADO
 CACAHUETE
 SOJA
 LECHE
 FRUTO DE CÁSCARA
 APIO
 MOSTAZA
 SÉSAMO
 SULFITO
 MOLUSCO
 COLORANTE ALIMENTARIA:

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

[illegible]

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

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

[illegible]

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



- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal



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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														



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



- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal





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)															
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		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
	PESCADO AL HORNO				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
	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 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		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																											

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal





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		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			
	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	
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																								



- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

- GLUTEN
- CRUSTÁCEO
- HUEVO
- PESCADO
- CACAHUETE
- SOJA
- LECHE
- FRUTO DE CÁSCARA
- APIO
- MOSTAZA
- SÉSAMO
- SULFITO
- MOLUSCO
- COLORANTE ALIMENTA.

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal

Kcal





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

4° 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
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			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													