



42854110G
GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: 875675397)
Firmado digitalmente por 42854110G GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: 875675397)
Fecha: 2026.09.28 16:11:59 +01'00'

Menú Basal bajo en grasa y sal

		1º SEMANA (01-04 oct) (26-01 nov) (23-29 nov) (21-27 dic)																											
Lunes		CREMA CANARIA																						X			X		
	Almuerzo	CHULETAS DE CERDO EN ADOBO CANARIO CON PAPAS GUIADAS														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		TORTILLA FRANCESA																X								X		X	
		VERDURA A LA SICILIANA GRATINADAS CON QUESO														X					X	X		X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Martes		SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA DE COL Y PIÑA														X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal	GELATINA																			X					X		X	
Cena		CREMA DE CALABAZA																		X			X	X	X	X		X	
		PASTEL MEDITERRANEO														X		X			X	X		X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																		X					X		X		
Miercoles		POTAJE DE BERROS																			X					X		X	
Almuerzo		POLLO MECHADO CON PAPAS														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		HORTALIZAS Y JAMON														X					X			X	X	X	X		X
		CON CONCHITAS														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Jueves		SOPA DE ZANAHORIA Y CALABACIN														X					X			X	X	X	X		
		TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE AGUACATE																X			X			X	X	X	X		X
	Kcal	NATILLAS														X		X			X	X	X		X	X		X	
Cena		PESCADO AL HORNO																	X				X	X	X	X		X	
		CON RATATOUILLE														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																								X		X	
Viernes		CREMA DE VERDURAS																			X			X	X	X	X		X
Almuerzo		PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO														X	X		X		X			X	X	X	X	X	X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		HAMBURGUESA AL HORNO														X					X			X	X	X	X		X
		CON ARITOS DE CEBOLLA Y MENESTRA CON AJO														X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Sabana		ENSALADA DE LA HUERTA																			X			X	X	X	X		
Almuerzo		RANCHO CANARIO (SIN GRASA ANIMAL)														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		CREMA DE CALABAZA														X					X			X	X	X	X		X
		SALPICON DE PAVO																X			X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Domingo		ENSALADA CANARIA DE BERROS, QUESO Y MEMBRILLO														X					X	X		X	X	X	X		X
Almuerzo		ATUN EN ADOBO CON PAPAS ARRUGADAS																	X		X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																								X			
Cena		BOCADILLO CON PAN INTEGRAL TORTILLA FRANCESA Y VEGETALES														X		X			X			X	X	X	X		X
		YOGURT																			X	X	X					X	
	Kcal	FRUTA																											

		2º SEMANA (05-11 oct) (02-08 nov) (30-06 dic) (28-31 dic)																											
Lunes		CREMA DE ACELGAS																						X	X			X	
Almuerzo		ESPIRALES CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y JAMON SERRANO														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTAS																											
Cena		GUISANTES COMPUESTOS CON																		X				X	X	X	X		X
	Kcal	HUEVOS SANCOCHADOS																X			X			X	X	X	X		X
		FRUTA																											
	Kcal																												
Martes		POTAJE CANARIO														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		POLLO AL VINO DE MADEIRA CON PURE DE PAPAS														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	YOGURT																			X	X	X			X			X
Cena		SALTEADO DE ARROZ CON JAMON YORK Y CALABACINES														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	A LA CANTONESA														X					X			X	X	X	X		X
		FRUTA																											
	Kcal																												
Miercoles		SOPA DE VERDURAS														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		PESCADO EMPANADO CON ENSALADA VERDE														X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		TORTILLA FRANCESA																X			X						X		
	Kcal	CON GRATEN DE TOMATE Y MOZZARELLA														X		X			X	X	X	X	X	X		X	
		FRUTA																											
	Kcal																												
Jueves		REHOGADO DE LENTEJAS Y VERDURAS														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		CERDO EN SALSA DE MANGO Y COUS COUS														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		CALABRIADA NIÇOISE														X		X	X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal	CON CABALLAS																X	X		X		X	X	X	X		X	
		GELATINA																								X		X	
	Kcal																												
Viernes		SOPA JULIANA														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo		ROPA VIEJA														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		SALMOREJO CON PICATOSTES														X		X			X			X	X	X	X		X
	Kcal	Y HUEVO GUISADO														X		X			X			X	X	X	X		X
		FRUTA																											
	Kcal																												
Sabado		ENSALADA DE REMOLACHA Y NARANJA																			X			X	X	X	X		X
Almuerzo		TORTELINIS CON SALSA AURORA y JAMON DE PAVO														X		X			X	X		X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											
Cena		JUDIAS A LA VINAGRETA														X			X		X	X	X	X	X	X		X	
	Kcal	CON CANGREJO Y ALIÑO DE LIMON Y CILANTRO														X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
		FRUTA																											
	Kcal																												
Domingo		ENSALADA DE LA CASA																			X			X	X	X	X		X
Almuer.		PARRILLADA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO														X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																											X
Cena		LOMOS DE PESCADO AL HORNO CON CEBOLLA POCHADA																	X		X			X	X	X	X		X
	Kcal	Y SALTEADO DE VERDURAS CHINAS																	X		X			X	X	X	X		X
		PIÑA EN SU JUGO																			X					X		X	
	Kcal																												



42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:12:56 +01'00'

Menú basal bajo en grasa y sal

Sab

bor

Comidas que llegan
f /saboragloria.es

Teléfono: 
 /sabor_a

928 35 18 63
gloria | 


inform

www.saboragloria.es
acion@saboragloria.es

f /saboragloria.es

 /sabor_a

acion@saboragloria.es

		3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)																								
Lunes		POTAJE DE HORTLANO															X				X	X	X	X		X
Almuerzo		PASTA A LA BOLAÑESA										X					X				X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA													X		X			X	X	X	X		X	
		CON ALUBIAS BLANCAS										X					X			X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																								
Martes		SOPA DE VERDURAS										X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo		POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ CON PASAS										X					X			X	X	X	X		X	
	Kcal	YOGURT															X	X	X					X		X
Cena		TORTILLA FRANCESA													X								X			
		CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO														X			X	X	X	X		X		
	Kcal	FRUTA																								
Miercoles		POTAJE DE LA ABUELA										X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo		MERLUZA EMPANADA Y ENSALADA DE PAPAYA										X		X	X		X	X	X	X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA															X									
Cena		PURE DE GUISANTES Y ZANAHORIAS										X					X			X	X	X	X		X	
		PIZZA NAPOLITANA CON PAVO										X		X			X	X		X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																								
Jueves		CALDO DE CILANTRO										X					X			X	X	X	X		X	
		ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS										X					X			X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA															X									X
Cena		EXQUESIADA DE PESCADO													X		X			X	X	X	X		X	
		CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO										X		X			X	X		X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																								
Viernes		SOPA JULIANA										X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo		TORTILLA DE PAPAS CON PISTO												X			X			X	X	X	X		X	
	Kcal	ARROZ CON LECHE CASERO													X		X	X				X	X		X	
Cena		SALPICON ITALIANO DE LEGUMBRES										X					X			X	X	X	X		X	
		CON JAMON YORK															X			X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA																								
Sabado		ENSALADA DE PEPINO CON PASAS															X			X	X	X	X		X	
Almuerzo		FIDEUA CATALANA CON ALIOLI										X		X	X		X			X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA															X						X		X	
Cena		CREMA DE BERROS Y CALABAZA															X			X	X	X	X		X	
		EMPANADA GALLEGA										X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	Kcal	FRUTA																								
Domingo		LOMO ASADO CON CEBOLLA CARAMELIZAADA										X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo		SALTEADO DE VERDURA Y PAPAS GAJO										X					X			X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA															X									
Cena		ROLLITOS DE PRIMAVERA										X		X			X	X		X	X	X	X		X	
		ARROZ TRES DELICIAS												X			X			X	X	X	X		X	
	Kcal	GELATINA															X						X		X	

4º SEMANA (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)																		
Lunes	SOPA DE MENESTRA					X					X			X	X	X	X	X
Almuerzo	HAMBURGUESA DE PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE Y PAPAS GUIADAS					X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTAS																	
	ENSALADA TROPICAL					X					X			X	X	X	X	X
Cena	HOJALDRE DE ESPINACA CON QUESO DE CABRA					X		X			X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Martes	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI					X					X			X	X	X	X	X
Almuerzo	MACARRONES EN SALSA POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON SERRANO					X					X			X	X	X	X	X
Kcal	YOGURT										X	X	X				X	X
Cena	TORTILLA GRATINADA					X		X			X	X		X	X	X	X	X
	SALTEADO DE JUDIAS CON VERDURAS					X			X		X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Miercoles	POTAJE CALABAZA										X			X	X	X	X	X
Almuerzo	ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE MILLO					X		X			X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Cena	PESCADO AL HORNO CON								X		X			X	X	X	X	X
	GUARNICION DE TOMATES, CEBOLLAS Y ZANAHORIAS										X			X	X	X		X
Kcal	FRUTA																	
Jueves	SOPA DE LEGUMBRES Y VERDURAS					X					X			X	X	X	X	X
Almuerzo	ARROZ PAISA					X			X		X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Cena	PISTO DE CALABACINES CON HUEVOS GUIADOS					X		X			X			X	X	X	X	X
	Y PAPAS PANADERAS										X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Viernes	POTAJE CANARIO					X					X			X	X	X	X	X
Almuerzo	POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADO DE COUS COUS					X					X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Cena	ENSALADA CAMPERA					X			X		X			X	X	X	X	X
	MINI EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO					X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Sabado	TOMATES ALIÑADOS										X			X	X	X	X	X
Almuerzo	PAPAS JUDIAS Y FIDEOS					X					X			X	X	X	X	X
Kcal	GELATINA										X						X	X
Cena	CREMA DE PUERROS Y BATATA					X					X			X	X	X	X	X
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA GRIEGA					X		X			X	X		X	X	X	X	X
Kcal	FRUTAS																	
Domingo	ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS					X					X			X	X	X	X	X
Almuer.	Y ARROZ BLANCO										X			X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																	
Cena	PASTA PRIMAVERA CON					X					X			X	X	X	X	X
	ATUN					X		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: 2026.09.28
16:21:31 +01'00'

Menú basal REFORZADO

Sab 



Comidas que llegan
f /saboragloria.es

Teléfono
 /sab

928 35 18 63

www.saboragloria.es

informacion@saboragloria.es

3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)															
Lunes	PURE DE HORTLANO (R.TERNERA)					X				X	X	X	X		X
Almuerzo	PASTA A LA BOLAÑESA	X				X				X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	CREMA DE HORTALIZAS (R.PESCADO)				X	X				X			X		
	ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA CON ALUBIAS BLANCAS	X			X	X				X	X	X	X		X
	FRUTA														
Martes	CREMA DE VERDURAS (R.POLLO)					X				X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ CON PASAS	X				X				X	X	X	X		X
	YOGURT					X	X	X					X		X
Cena	PURE DE VERDURAS (R.TERNERA)									X			X		
	TORTILLA FRANCESA CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO			X		X				X	X	X	X		X
	FRUTA														
Miercoles	PURE DE LA ABUELA (R.PESCADO)	X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	MERLUZA EMPANADA Y ENSALADA DE PAPAYA	X		X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	PURE DE GUI SANTES Y ZANAHORIAS (R.POLLO)	X				X				X	X	X	X		X
	PIZZA NAPOLITANA CON PAVO	X		X		X	X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Jueves	CREMA DE VERDURAS (R.TERNERA)					X				X	X	X	X		X
	ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS	X				X				X	X	X	X		X
	FRUTA														X
Cena	PURE DE HORTALIZAS (R.PESCADO)				X	X				X	X	X	X		X
	EXQUESIADA DE PESCADO Y CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO	X		X	X	X	X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Viernes	CREMA JULIANA (R.POLLO)					X				X	X	X	X		X
	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO			X		X				X	X	X	X		X
	ARROZ CON LECHE CASERO				X	X	X					X	X		X
Cena	PURE DE VERDURAS (R.TERNERA)					X				X			X		X
	SALPICON ITALIANO DE LEGUMBRES CON JAMON YORK	X				X				X	X	X	X		X
	FRUTA														
Sabado	CREMA CANARIA (R.PESCADO)				X	X				X	X	X	X		X
	ENSALADA DE PEPINO CON PASAS Y FIDEUA CATALANA CON ALIOLI	X		X	X	X				X	X	X	X		X
	FRUTA												X		X
Cena	CREMA DE BERROS Y CALABAZA (R.POLLO)					X				X	X	X	X		X
	EMPANADA GALLEGA	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
	FRUTA														
Domingo	PURE DE HORTALIZAS (R.TERNERA)					X				X			X		
Almuerzo	LOMO ASADO CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y SALTEADO DE VERDURA Y PAPAS GAJO	X				X				X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	CREMA DE VERDURAS (R.PESCADO)				X	X				X	X	X	X		X
	ROLLITOS DE PRIMAVERA Y ARROZ TRES DELICIAS	X		X		X	X			X	X	X	X		X
	GELATINA					X							X		X

4º SEMANA (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)																								
Lunes	CREMA DE MENESTRA (R.POLLO)														X				X	X	X	X		X
Almuerzo	HAMBURGUESA DE PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE Y PAPAS GUISADAS										X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTAS																							
	PURE DE VERDURAS (R.TERNERA)														X				X	X	X	X		X
Cena	ENSALADA TROPICALY HOJALDRE DE ESPINACA CON QUESO DE CABRA										X		X		X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																							
Martes	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI (R.PESCADO)													X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	MACARRONES EN SALSA POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON SERRANO										X				X				X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT														X	X	X				X		X	
Cena	PURE DE HORTALIZAS (R.POLLO)														X				X			X		X
	TORTILLA GRATINADA Y SALTEADO DE JUDIAS CON VERDURAS										X		X	X	X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																							
Miercoles	PURE CALABAZA (R.TERNERA)														X				X	X	X	X		X
Almuerzo	ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE MILLO										X		X		X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							
Cena	CREMA DE VERDURAS (R.PESCADO)													X	X			X	X	X	X		X	
	PESCADO AL HORNO CON GUARNICION DE TOMATES, CEBOLLAS Y ZANAHORIAS													X	X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																							
Jueves	CREMA DE LEGUMBRES Y VERDURAS (R.POLLO)														X				X	X	X	X		X
Almuerzo	ARROZ PAISA										X			X	X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							
Cena	PURE DE HORTALIZAS (R.TERNERA)														X				X	X	X	X		X
	PISTO DE CALABACINES CON HUEVOS GUISADOS Y PAPAS PANADERAS										X		X		X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							
Viernes	PURE CANARIO (R.PESCADO)										X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADO DE COUS COUS										X				X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							
Cena	CREMA DE VERDURAS (R.POLLO)														X				X			X		
	ENSALADA CAMPERA Y MINI EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO										X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																							
Sabado	PURE HORTELANO (R.TERNERA)														X				X	X	X	X		
Almuerzo	TOMATES ALIÑADOS Y PAPAS JUDIAS Y FIDEOS										X				X				X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA														X						X			X
Cena	CREMA DE PUERROS Y BATATA (R.PESCADO										X			X	X			X	X	X	X			
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA GRIEGA										X		X		X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTAS																							
Domingo	PURE DE VERDURAS (R.POLLO)														X				X	X	X	X		
Almuer.	ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS Y ARROZ BLANCO										X				X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							
Cena	CREMA DE HORTALIZAS (R.TERNERA)														X				X			X		
	PASTA PRIMAVERA CON ATUN										X		X		X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																							





42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ
B75675397)

Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:13:49 +01'00'

Menú Hipocalorico

Sab 



Comidas que llegan
f /saboragloria.es

Teléfono: 
 /sabor_a_

928 35 18 63

www.saboragloria.es
nacion@saboragloria.es

		1º SEMANA (01-04 oct) (26-01 nov) (23-29 nov) (21-27 dic)																								
Lunes		CREMA CANARIA																		X				X		
Almuerzo		LOMO DE CERDO CANARIO CON PAPAS GUIADAS										X					X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		TORTILLA FRANCESA												X			X							X		X
		VERDURAS A LA SICILIANA GATINADAS CON QUESO										X					X	X		X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Martes		SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS										X					X			X	X	X	X	X		X
Almuerzo		PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE COL Y PIÑA													X		X			X	X	X	X	X		X
	Kcal	GELATINA 0%														X							X			X
Cena		CREMA DE CALABAZA														X			X	X	X	X				X
		PASTEL MEDITERRANEO										X		X			X	X		X	X	X	X		X	
	Kcal	FRUTA														X							X			X
Miercoles		POTAJE DE BERROS															X							X		X
Almuerzo		POLLO MECHADO CON PAPAS										X					X		X	X	X	X	X	X		X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		HORTALIZAS Y JAMON										X					X			X	X	X	X			X
		CON PASTA INTEGRAL										X					X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Jueves		SOPA DE ZANAHORIA Y CALABACIN										X					X			X	X	X	X			
		TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE AGUACATE													X		X			X	X	X	X			X
	Kcal	NATILLAS 0%										X			X		X	X				X	X			X
Cena		PESCADO AL HORNO													X		X		X	X	X	X				X
		CON RATATOUILLE										X					X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																						X		X
Viernes		CREMA DE VERDURAS															X			X	X	X	X			X
Almuerzo		PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO													X		X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		HAMBURGUESA AL HORNO										X					X			X	X	X	X			X
		Y MENESTRA CON AJO										X					X		X	X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Sabana		ENSALADA DE LA HUERTA															X			X	X	X	X			
Almuerzo		RANCHO CANARIO (SIN GRASA ANIMAL)										X					X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Cena		CREMA DE CALABAZA										X					X			X	X	X	X			X
		SALPICON DE PAVO												X			X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																								
Domingo		ENSALADA CANARIA DE BERROS, QUESO Y MEMBRILLO										X					X	X		X	X	X	X			X
Almuerzo		ATUN EN ADOBO CON PAPAS ARRUGADAS													X		X			X	X	X	X			X
	Kcal	FRUTA																						X		
Cena		BOCADILLO CON PAN INTEGRAL TORTILLA FRANCESA Y VEGETALES										X		X			X			X	X	X	X			X
		YOGURT 0%															X	X	X							X
	Kcal	FRUTA																								

		2º SEMANA (05-11 oct) (02-08 nov) (30-06 dic) (28-31 dic)																							
	Lunes	CREMA DE ACELGAS																							
X	Almuerzo	PASTA INTEGRAL CON CHAMPIÑONES Y JAMON SERRANO	X						X								X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTAS																							
X		GUISANTES COMPUESTOS CON							X								X	X	X	X			X		
X	Cena	HUEVOS SANCOCHADOS				X				X							X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																							
X	Martes	POTAJE CANARIO	X						X								X	X	X	X			X		
X	Almuerzo	POLLO AL HORNO CON PAPAS ESCACHADAS CON ACEITE DE OLIVA	X						X								X	X	X	X			X		
X	Kcal	YOGURT 0%							X	X	X									X			X		
X		SALTEADO DE ARROZ CON JAMON YORK Y CALABACINES	X						X								X	X	X	X			X		
X	Cena	A LA CANTONESA	X						X								X	X	X	X			X		
X	Kcal	FRUTA																							
X	Miercoles	SOPA DE VERDURAS	X						X								X	X	X	X			X		
X	Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHACON ENSALADA VERDE				X			X								X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																							
X	Cena	TORTILLA FRANCESA				X			X											X					
X		CON GRATEN DE TOMATE Y MOZZARELLA	X			X			X	X	X						X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																							
	Jueves	REHOGADO DE LENTEJAS Y VERDURAS	X						X								X	X	X	X			X		
X	Almuerzo	CERDO EN SALSA DE MANGO Y COUS COUS	X						X								X	X	X	X			X		
X	Kcal	FRUTA																							
X	Cena	CALABRIADA NIÇOISE	X			X	X		X		X						X	X	X	X	X	X	X		
X		CON CABALLAS				X	X		X								X	X	X	X			X		
X	Kcal	GELATINA 0%																		X			X		
X	Viernes	SOPA JULIANA	X						X								X	X	X	X			X		
X	Almuerzo	ROPA VIEJA	X						X								X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																							
X		SALMOREJO CON PICATOSTES	X			X			X								X	X	X	X			X		
X	Cena	Y HUEVO GUISADO	X			X			X								X	X	X	X			X		
	Kcal	FRUTA																							
	Sabado	ENSALADA DE REMOLACHA Y NARANJA							X								X	X	X	X			X		
X	Almuerzo	PASTA INTEGRAL CON VERDURAS Y PAVO	X			X																			





Menú Hipocalorico

42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Firmado digitalmente
por 42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:14:41 +01'00'

3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)													GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA. E102 E120
Lunes	POTAJE HORTELANO																	X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA												X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																									
	ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA															X		X			X	X	X	X		X
Cena	CON ALUBIAS BLANCAS												X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Martes	SOPA DE VERDURAS												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ SIN PASAS												X					X			X	X	X	X		X
Cena	YOGURT 0%																	X	X	X				X		X
	TORTILLA FRANCESA														X								X			
Cena	CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO																	X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Miercoles	POTAJE DE LA ABUELA												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO AL HORNO Y ENSALADA DE papaya															X		X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																									
	PURE DE GUISANTES Y ZANAHORIAS												X					X			X	X	X	X		X
Cena	PIZZA NAPOLITANA CON PAVO												X		X			X	X		X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Jueves	CALDO DE CILANTRO												X					X			X	X	X	X		X
Cena	ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS												X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									X
Cena	EXQUESIADA DE PESCADO															X		X			X	X	X	X		X
Cena	CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO												X		X			X	X		X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Viernes	SOPA JULIANA												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO														X			X			X	X	X	X		X
Cena	ARROZ CON LECHE CON LECHE DESNATADA																	X	X				X	X		X
	SALPICON ITALIANO DE LEGUMBRES												X					X			X	X	X	X		X
Cena	CON JAMON YORK																	X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Sabado	ENSALADA DE PEPINO																	X			X	X	X	X		X
Almuerzo	FIDEUA CATALANA												X		X	X		X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																							X		X
	CREMA DE BERROS Y CALABAZA																	X			X	X	X	X		X
Cena	EMPANADA GALLEGA												X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA																									
Domingo	LOMO ASADO CON CEBOLLA												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	SALTEADO DE VERDURAS Y PAPAS GAJO												X					X			X	X	X	X		X
Cena	FRUTA																									
	ROLLITOS DE PRIMAVERA												X		X			X	X		X	X	X	X		X
Cena	ARROZ TRES DELICIAS														X			X			X	X	X	X		X
	GELATINA																	X					X		X	

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 (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)																											
Lunes	SOPA DE MENESTRA													X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	HAMBURGUESA DE PESCADO AL HORNO Y PAPAS GUIADAS													X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X
	Kcal	FRUTAS																									
Cena	ENSALADA TROPICAL													X					X			X	X	X	X		X
	Kcal	HOJALDRE DE ESPINACAS CON QUESO DE CABRA													X		X			X	X		X	X	X	X	
Martes	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI													X					X			X	X	X	X		X
	Almuerzo	MACARRONES INTEGRALES EN SALSA POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON SERRANO													X					X			X	X	X	X	
Kcal		YOGURT 0%																		X	X	X				X	
Cena	TORTILLA GRATINADA													X		X			X	X		X	X	X	X		X
	Kcal	SALTEADO DE JUDIAS CON VERDURAS													X			X		X			X	X	X	X	
Miercoles	FRUTA																										
	Almuerzo	POTAJE CALABAZA																		X			X	X	X	X	
Kcal		LOMO ASADO CON ENSALADA DE MILLO													X					X			X	X	X	X	
Cena	FRUTA																										
	Almuerzo	PESCADO AL HORNO CON																X		X			X	X	X	X	
Kcal		GUARNICION DE TOMATES, CEBOLLAS Y ZANAHORIAS																		X			X	X	X		X
Jueves	FRUTA																										
	Almuerzo	SOPA DE LEGUMBRES Y VERDURAS													X					X			X	X	X	X	
Kcal		ARROZ PAISA													X			X		X			X	X	X	X	
Cena	FRUTA																										
	Almuerzo	PISTO DE CALABACINES CON HUEVOS GUISADOS													X		X			X			X	X	X	X	
Kcal		Y PAPAS PANADERAS																		X			X	X	X	X	
Viernes	FRUTA																										
	Almuerzo	POTAJE CANARIO													X					X			X	X	X	X	
Kcal		POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADO DE COUS COUS													X					X			X	X	X	X	
Cena	FRUTA																										
	Almuerzo	ENSALADA CAMPERA													X					X			X	X	X	X	
Kcal		PESCADO HORNO																X		X			X	X	X	X	
Sabado	FRUTA																										
	Almuerzo	TOMATES ALIÑADOS																		X			X	X	X	X	
Kcal		PAPAS JUDIAS Y FIDEOS													X					X			X	X	X	X	
Cena	GELATINA 0%																		X						X		X
	Almuerzo	CREMA DE PUERROS Y BATATA													X					X			X	X	X	X	
Kcal		TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA GRIEGA													X		X			X	X		X	X	X	X	
Domingo	FRUTAS																										
	Almuerzo	ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS													X					X			X	X	X	X	
Kcal		Y ARROZ BLANCO																		X			X	X	X	X	
Cena	FRUTA																										
	Almuerzo	PASTA INTEGRAL PRIMAVERA CON													X					X			X	X	X	X	
Kcal		ATUN													X		X			X			X	X	X	X	
Cena	FRUTA																										

Sabor aGloria Comidas que llegan 42854110G GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397) Firmado digitalmente por 42854110G GLORIA ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397) Fecha: 2026.09.28 16:16:38 +01'00' Menú Diabético															#gloria_sabor /saboragloria.es /sabor_a_gloria_ informacion@saboragloria.es Sabor a Gloria Comidas que llegan Teléfono: 928 35 18 63 www.saboragloria.es														
3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)															4º SEMANA (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)														
Lunes	POTAJE HORTELANO														GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA. E102 E120	
Almuerzo	PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	FRUTA																												
	ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA																	X	X			X	X	X	X		X		
Cena	CON ALUBIAS BLANCAS														X					X			X	X	X	X		X	
	FRUTA																												
Martes	SOPA DE VERDURAS														X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ SIN PASAS														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	YOGURT 0%																			X	X	X		X			X		
	TORTILLA FRANCESA																	X							X				
Cena	CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO																			X		X	X	X		X			
	FRUTA																												
Miercoles	POTAJE DE LA ABUELA														X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	PESCADO AL HORNO Y ENSALADA DE papaya																	X		X			X	X	X	X		X	
Cena	FRUTA																												
	PURE DE GUISANTES Y ZANAHORIAS														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	PIZZA NAPOLITANA CON PAVO														X		X			X	X		X	X	X		X		
	FRUTA																												
Jueves	CALDO DE CILANTRO														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS														X					X			X	X	X		X		
	FRUTA																										X		
Cena	EXQUESIADA DE PESCADO																	X		X			X	X	X	X		X	
	CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO														X		X			X	X		X	X	X		X		
Cena	FRUTA																												
	SOPA JULIANA														X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO																X			X			X	X	X	X		X	
Cena	ARROZ CON LECHE CON LECHE DESNATADA																			X	X			X	X		X		
	SALPICON ITALIANO DE LEGUMBRES														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	CON JAMON YORK																			X			X	X	X	X		X	
	FRUTA																												
Sabado	ENSALADA DE PEPINO																			X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	FIDEUA CATALANA														X		X	X		X			X	X	X	X		X	
Cena	FRUTA																							X			X		
	CREMA DE BERROS Y CALABAZA																			X			X	X	X	X		X	
Cena	EMPANADA GALLEGA														X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	FRUTA																												
Domingo	LOMO ASADO CON CEBOLLA														X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	SALTEADO DE VERDURAS Y PAPAS GAJO														X					X			X	X	X	X		X	
Cena	FRUTA																												
	ROLLITOS DE PRIMAVERA														X		X			X	X		X	X	X	X		X	
Cena	ARROZ TRES DELICIAS																X			X			X	X	X	X		X	
	GELATINA 0%																			X				X			X		





Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:19:02 +01'00'

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

1º SEMANA (01-04 oct) (26-01 nov) (23-29 nov) (21-27 dic)

[illegible][illegible]

Martes	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS	X				X		X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE COL Y PIÑA			X		X		X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA 0%					X					X		X

Cena	CREMA DE CALABAZA		X	X	X	X	X	X	X	X
	FIDEUA CON VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUITA			X				X	X	X

[illegible][illegible]

		FRUTA											
Jueves	SOPA DE ZANAHORIA Y CALABACIN	X				X		X	X	X	X		
	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE AGUACATE		X			X		X	X	X	X		X

Kcal	POSTRE DE SOJA	X	X	X	X	X	X	X
Cena	PESCADO AL HORNO		X	X	X	X	X	X
	CON RATATOUILLE	X		X	X	X	X	X

	Kcal	FRUTA										X	X
Viernes	CREMA DE VERDURAS					X		X	X	X	X	X	
Almuerzo	PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO				X	X		X	X	X	X	X	

	Kcal	FRUTA												
Cena		HAMBURGUESA AL HORNO	X			X		X	X	X	X			X
		ARITOS DE CEBOLLAY MENESTRA CON AJO	X			X		X	X	X	X	X		X

	Kcal	FRUTA													
Sabana		ENSALADA DE LA HUERTA						X			X	X	X	X	
Almuerzo		RANCHO CANARIO (SIN GRASA ANIMAL)	X					X			X	X	X	X	X

	Kcal	FRUTA													
Cena		CREMA DE CALABAZA	X				X		X	X	X	X			X
		SALPICON DE PAVO			X		X		X	X	X	X			X

	Kcal	FRUTA												
Domingo	ENSALADA CANARIA DE BERROSY MEMBRILLO	X					X			X	X	X	X	X
Almuerzo	ATUN EN ADOBO CON PAPAS ARRUGADAS				X		X			X	X	X	X	X

	Kcal	FRUTA								X		
Cena		BOCADILLO PAN INTEGRAL CON TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA	X	X		X		X	X	X	X	X
		YOGURT SIN LACTOSA				X	X					X

Registro Sanitario R/S GC/26/CP9522 | Campus Universitario de Tafira, frente al instituto Fe

2º SEMANA (05-11 oct) (02-08 nov) (30-06 dic) (28-31 dic)

[illegible]

	GUISANTES COMPUESTOS CON	X	X X X X	X
Cena	HUEVOS SANCOCHADOS	X	X X X X	X
Kcal	FRUTA			

Martes	POTAJE CANARIO	X					X		X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO AL HORNO CON PAPAS ESCACHADAS CON ACEITE DE OLIVA	X					X		X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT SIN LACTOSA						X							X

[illegible][illegible]

PRUTA												
Cena	TORTILLA FRANCESA		X		X							X
	CON GRATEN DE TOMATE SIN MOZARELLA	X	X		X		X	X	X	X	X	X
PRUTA												

	Kcal	FRUTA											
Jueves		REHOGADO DE LENTEJAS Y VERDURAS	X				X			X	X	X	X
Almuerzo		CEREN EN SALSA DE MANGO Y COUS COUS	X				X			X	X	X	X

	Kcal	FRUTA											
Cena		CALABRIADA NIÇOISE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		CON CABALLAS		X	X	X		X	X	X	X		X

	Kcal	GELATINA 0%										X	X
Viernes	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X	X
Almuerzo	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X	X

	Kcal	FRUTA												
Cena		SALMOREJO CON PICATOSTES	X	X		X		X	X	X	X		X	
		Y HUEVO GUISADO	X	X		X		X	X	X	X		X	

	Kcal	FRUTA													
Sabado		ENSALADA DE REMOLACHA Y NARANJA													
Almuerzo		PASTA INTEGRAL CON VERDURAS Y PAVO													

	Kcal	FRUTA															
Cena		JUDIAS A LA VINAGRETA	X			X			X			X	X	X	X		X
		CON CANGREJO Y ALIÑO DE LIMON Y CILANTRO	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X

	Kcal	FRUTA														
Domingo		ENSALADA DE LA CASA						X			X	X	X	X		X
Almuer.		X					X			X	X	X	X		X	

Kcal		FRUTA										X	
Cena	LOMOS DE PESCADO AL HORNO CON CEBOLLA POCHADA					X	X		X	X	X	X	X
	Y SALTEADO DE VERDURAS CHINAS					X	X		X	X	X	X	X

	Kcal	Proteína	Hidratos	Grasas	Fibra	Sodio	Alcohol
CARRETEROS DE VERDURAS CHINAS		X	X	X	X	X	X
PIÑA EN SU JUGO			X			X	X

o Monzón [Carretera Lomo Blanco 41, 35015, Las Palmas] Sabor a Gloria - Comidas que llegan 🍷



Menú SIN LACTOSA

42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado digitalmente
por 42854110G
GLORIA ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:19:52 +01'00'

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

3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)

Lunes	POTAJE HORTELANO					X				X			X	X	X	X		
Almuerzo	PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA	X								X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Cena	ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA					X				X			X	X	X	X		X
	CON ALUBIAS BLANCAS	X								X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Martes	SOPA DE VERDURAS	X								X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ SIN PASAS	X								X			X	X	X	X		X
	YOGURT SIN LACTOSA									X		X				X		X
Cena	TORTILLA FRANCESA					X										X		
	CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO									X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Miercoles	POTAJE DE LA ABUELA	X								X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO AL HORNO Y ENSALADA DE papaya					X				X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Cena	PURE DE GUISANTES Y ZANAHORIAS	X								X			X	X	X	X		X
	PASTA NAPOLITANA CON PAVO	X								X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Jueves	CALDO DE CILANTRO	X								X			X	X	X	X		X
	ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS	X								X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Cena	EXQUESIADA DE PESCADO									X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE ESPINACAS					X				X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Viernes	SOPA JULIANA	X								X			X	X	X	X		X
Almuerzo	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO					X				X			X	X	X	X		X
	POSTRE DE SOJA									X					X	X		X
Cena	SALPICON ITALIANO DE LEGUMBRES	X								X			X	X	X	X		X
	CON JAMON YORK									X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Sabado	ENSALADA DE PEPINO CON PASAS									X			X	X	X	X		X
Almuerzo	FIDEUA CATALANA	X				X	X			X			X	X	X	X		X
	FRUTA															X		X
Cena	CREMA DE BERROS Y CALABAZA									X			X	X	X	X		X
	POLLO AL HORNO CON TOMATES ALIÑO									X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Domingo	LOMO ASADO CON CEBOLLA									X			X	X	X	X		X
Almuerzo	SALTEADO DE VERDURAS Y PAPAS GAJO	X								X			X	X	X	X		X
	FRUTA																	
Cena	ROLLITOS DE PRIMAVERA	X				X				X			X	X	X	X		X
	ARROZ TRES DELICIAS					X				X			X	X	X	X		X
	GELATINA 0%									X						X		X

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 (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)

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

[illegible]



MENÚ BASAL NO LEGUMBRES

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

Sabor a Gloria Comidas que llegan		42854110G	Firmado digitalmente por 42854110G GLORIA	GLUTEN CRUSTÁCEO HUEVO PESCADO CACAHUETE SOJA LECHE FRUTO DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITO MOLUSCO COLORANTE ALIMENTA.															
		ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)	ESTHER RODRIGUEZ (R: B75675397)																
		B75675397)	Fecha: 2026.09.28 16:23:56 +01'00'																
1º SEMANA (01-04 oct)(26-01nov)(23-29nov)(21-27dic)																			
Lunes	CREMA CANARIA(NO GARBANZOS)																		
Almuerzo	chuletas de cerdo en adobo canario con papas guisadas			X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Cena	TORTILLA FRANCESA					X				X							X		X
	verduras a la siciliana gratinadas con queso			X						X	X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Martes	SOPA DE LA ABUELA (NO GARBANZOS)			X						X				X	X	X	X		X
Almuerzo	CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA DE COL Y PIÑA			X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA									X							X		X
Cena	CREMA DE CALABAZA									X				X	X	X	X		X
	PASTEL MEDITERRANEO			X		X				X	X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA									X							X		X
Miercoles	POTAJE DE BERROS									X							X		X
Almuerzo	POLLO MECHADO CON PAPAS			X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Cena	HORTALIZAS Y JAMON (NO GUI SANTES)			X						X				X	X	X	X		X
	CON CONCHITAS			X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Jueves	SOPA DE zanahorias y calabacin (SIN GUI SANTES)			X						X				X	X	X	X		
	tortilla española con ensalada de aguacate					X				X				X	X	X	X		X
Kcal	NATILLAS			X		X				X	X	X				X	X		X
Cena	pescado horno							X		X				X	X	X	X		X
	con ratatui (SIN GUI SANTES NI HABICHUELAS)			X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																X		X
Viernes	CREMA DE VERDURAS				X					X				X	X	X	X		X
Almuerzo	PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO (NO GUI SANTES)			X	X		X			X				X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																		
Cena	HAMBURGUESA AL HORNO			X						X				X	X	X	X		X
	CON ARITOS DE CEBOLLA Y MENESTRA CON AJOS (NO GUI SANTES)			X						X		X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Sabana	ENSALADA DE LA HUERTA									X				X	X	X	X		
Almuerzo	RANCHO CANARIO (SIN GRASA ANIMAL)(NO GARBANZOS)			X						X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Cena	CREMA DE CALABAZA			X						X				X	X	X	X		X
	SALPICON DE PAVO					X				X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																		
Domingo	ensalada de canaria de berros y queso y membrillo			X						X	X			X	X	X	X		X
Almuerzo	ATUN en adobo CON PAPAS ARRUGADAS						X			X				X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																X		
Cena	BOCADILLO CON PAN INTEGRAL tortilla francesa Y VEGETALES			X		X				X				X	X	X	X		X
	YOGURT									X	X	X							X
Kcal	FRUTA																		

2º SEMANA(05-11oct)(02-08nov)(30-06dic)(28-31dic)																												
Lunes	CREMA DE ACELGAS																					X	X		X			
Almuerzo	espirales con salsa de champiñones y serrano														X					X			X	X	X		X	
Kcal	FRUTAS																											
Cena	VERDURAS COMPUESTAS CON (no guisantes)																			X			X	X	X	X		X
	HUEVOS SANCOCHADOS																X			X			X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Martes	potaje canario (NO JUDIAS)														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO al vino de madeira con puré papas														X					X			X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT																			X	X	X			X		X	
	salteado de arroz con jamon york y calabacines														X					X			X	X	X	X		X
Cena	a la cantonesa (NO GUI SANTES)														X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
Miercoles	sopa de verduras (NO GUI SANTES)														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	pescado empanado con ensalada verde														X	X	X	X		X	X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
Cena	TORTILLA FRANCESA																X			X					X			
	CON GRATEN DE TOMATE Y MOZZARELA														X		X			X	X	X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Jueves	CREMA DE HORTALIZAS														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	cerdo en salsa de mango y cous cous														X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
Cena	CALABRIADA NIÇOISE (SIN JUDIAS VERDES)														X		X	X		X		X	X	X	X	X		X
	CON CABALLAS																X	X		X		X	X	X	X		X	
Kcal	GELATINA																								X		X	
Viernes	SOPA JULIANA														X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	ropa vieja (SIN GARBANZOS)														X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
	salmorejo con picatostes														X		X			X			X	X	X	X		X
Cena	y huevo guisado														X		X			X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
Sabado	ensalada de remolacha y naranja																			X			X	X	X	X		X
Almuerzo	tortelinis con salsa aurora y JAMON DE PAVO														X		X			X	X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											
Cena	vinagreta con cangrejo (SIN JUDIAS)														X			X		X	X	X	X	X	X	X		X
	y aliño de limon y cilantro														X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									X		X
Domingo	ENSALADA DE LA CASA																			X			X	X	X	X		X
Almuer.	PARRILLADA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO														X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																											X
Cena	lomos de pescado al horno con cebolla pochada																	X		X			X	X	X	X		X
	y salteado de verduras chinas (NO GUI SANTES)																X			X			X	X	X	X		X
Kcal	piña en su jugo																			X					X		X	



42854110G
GLORIA
ESTHER
RODRIGUEZ (R:
B75675397)

Firmado
digitalmente por
42854110G GLORIA
ESTHER RODRIGUEZ
(R: B75675397)
Fecha: 2026.09.28
16:24:41 +01'00'

MENU BASAL NO LEGUMBRES

3º SEMANA (12-18 oct) (09-15 nov) (07-13 dic)													GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE HORTELANO																	X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PASTA CON POLLO												X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Cena	ENSALADA DE CABALLAS A LA VINAGRETA															X		X			X	X	X	X		X
	CON PAPAS												X					X				X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Martes	SOPA DE VERDURAS												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ CON PASAS												X					X			X	X	X	X		X
	YOGURT																	X	X	X				X		X
Cena	TORTILLA FRANCESA														X									X		
	CON SALTEADO DE PAPAS Y CHAMPIÑONES AL AJILLO																	X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Miercoles	POTAJE DE LA ABUELA (NO GARBANZOS)												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	MERLUZA EMPANADA Y ENSALADA DE PAPAYA												X		X	X		X	X	X	X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Cena	PURE DE ZANAHORIAS (SIN GISANTES)												X					X			X	X	X	X		X
	PIZZA NAPOLITANA CON PAVO												X		X			X	X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Jueves	CALDO DE CILANTRO												X					X			X	X	X	X		X
	ALBONDIGAS RAS AL HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS												X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									X
Cena	EXQUESIADA DE PESCADO															X		X			X	X	X	X		X
	CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO												X		X			X	X		X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Viernes	SOPA JULIANA												X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO														X			X			X	X	X	X		X
Kcal	ARROZ CON LECHE CASERO															X		X	X				X	X		X
Cena	SALPICON (SIN LEGUMBRES)												X					X			X	X	X	X		X
	CON JAMON YORK																	X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA																									
Sabado	ENSALADA DE PEPINO CON PASAS																	X			X	X	X	X		X
Almuerzo	FIDEUA CATALANA CON ALIOLI (SIN GUI SANTES)												X		X	X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA																							X		X
Cena	CREMA DE BERROS Y CALABAZA																	X			X	X	X	X		X
	EMPANADA GALLEGA												X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA																									
Domingo	LOMO ASADO CON CEBOLLA CARAMELIZAADA												X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	SALTEADO DE VERDURA (SIN GUI SANTES)Y PAPAS GAJO												X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA																									
Cena	ROLLITOS DE PRIMAVERA												X		X			X	X		X	X	X	X		X
	ARROZ TRES DELICIAS (SIN GUI SANTANTES)														X			X			X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA																	X						X		X

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 (19-25 oct) (16-22 nov) (14-20 dic)																												
Lunes	SOPA DE MENESTRA													X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	PESCADO AL HORNO CON SALS A VERDE Y PAPAS GUI SADAS													X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTAS																											
	ENSALADA TROPICAL													X					X			X	X	X	X		X	
Cena	HOJALDRE DE ESPINACA CON QUESO DE CABRA													X		X			X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Martes	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI													X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	MACARRONES EN SALS A POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON SERRANO													X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	YOGURT																		X	X	X			X		X		
Cena	TORTILLA GRATINADA													X		X			X	X		X	X	X	X		X	
	SALTEADO DE VERDURAS (SIN GUI SANTES)													X			X		X		X	X	X	X		X		
Kcal	FRUTA																											
Miercoles	POTAJE CALABAZA																		X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE MILLO													X		X			X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Cena	PESCADO AL HORNO CON																X		X		X	X	X	X		X		
	GUARNICION DE TOMATES, CEBOLLAS Y ZANAHORIAS																	X		X	X	X		X				
Kcal	FRUTA																											
Jueves	SOPA DE VERDURAS													X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	ARROZ PAISA													X			X		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Cena	PISTO DE CALABACINES CON HUEVOS GUI SADOS													X		X			X			X	X	X	X		X	
	Y PAPAS PANADERAS (SIN GUI SANTES)																		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Viernes	POTAJE CANARIO													X					X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADO DE COUS COUS													X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Cena	ENSALADA CAMPERA													X			X		X			X	X	X	X		X	
	MINI EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO													X	X	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X	
Kcal	FRUTA																											
Sabado	TOMATES ALIÑADOS																		X			X	X	X	X		X	
Almuerzo	PAPAS Y FIDEOS (CON POLLO)													X					X			X	X	X	X		X	
Kcal	GELATINA																		X					X		X		
Cena	CREMA DE PUERROS Y BATATA													X					X			X	X	X	X		X	
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA GRIEGA (sin legumbre)													X		X			X	X		X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTAS																											
Domingo	ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS													X					X			X	X	X	X		X	
Almuer.	Y ARROZ BLANCO																		X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											
Cena	PASTA PRIMAVERA (sin guisantes) CON													X					X			X	X	X	X		X	
	ATUN													X		X			X			X	X	X	X		X	
Kcal	FRUTA																											

MENÚ BASAL NO ACELGAS

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	1º SEMANA (01-04 oct)(26-01nov)(23-29nov)(21-27dic)													
Lun.	CREMA CANARIA								X	X	X	X		
Kcal	chuletas de cerdo en adobo canario con papas guisadas	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA DE COLY PIÑA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	GELATINA					X						X		
Mie.	POTAJE DE BERROS					X						X		
Kcal	POLLO MECHADO CON PAPAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACIN	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE AGUACATE			X		X			X	X	X	X		
	NATILLAS	X		X		X	X	X			X	X		
Vie.	CREMA DE VERDURAS					X			X	X	X	X		
Kcal	PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO	X	X		X	X			X	X	X	X	X	
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	3º SEMANA (12-18oct)(09-15nov)(07-13dic)													
Lun.	POTAJE DE hortelano					X			X	X	X	X		
Kcal	PASTA A LA BOLOÑESA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ CON PASAS	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	POTAJE DE LA ABUELA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA EMPANADA Y ENSALADA DE PAPAYA	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CALDO DE CILANTRO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ALBONDIGAS AL RAS HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO			X		X			X	X	X	X		
	ARROZ CON LECHE	X				X	X	X			X	X		

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	2º SEMANA (05-11oct)(02-08nov)(30-06dic)(28-31dic)													
Lun.	CREMA DE VERDURAS (SIN ACELGAS)	X				X			X	X		X		
Kcal	ESPIRALES CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y SERRANO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	POTAJE CANARIO	X				X			X	X	X	X		
756 Kcal	POLLO AL VINO DE MADEIRA CON PURE DE PAPAS	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
789 Kcal	PESCADO EMPANADO CON ENSALADA VERDE	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	
	FRUTA													
Jue.	REHOGADO DE LENTEJAS Y VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
820 Kcal	CERDO CON SALSA DE MANGO Y COUS COUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
	4º SEMANA (19-25oct)(16-22nov)(14-20dic)													
Lun.	SOPA DE MENESTRA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	HAMBURGUESA DE PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE Y PAPAS GUIADAS	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	
	FRUTA													
Mar.	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MACARRONES CON SALSA POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	POTAJE CALABAZA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE MILLO	X		X		X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE LEGUMBRES Y VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ARROZ PAISA	X			X	X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE CANARIO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADOS DE DE COUS COUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

MENÚ BASAL NO KIWÍ

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
1º SEMANA (01-04 oct)(26-01nov)(23-29nov)(21-27dic)														
Lun.	CREMA CANARIA								X	X	X	X		
Kcal	chuletas de cerdo en adobo canario con papas guisadas	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE LA ABUELA CON GARBANZOS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO Y ENSALADA DE COLY PIÑA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	GELATINA					X						X		
Mie.	POTAJE DE BERROS					X						X		
Kcal	POLLO MECHADO CON PAPAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE ZANAHORIAS Y CALABACIN	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE AGUACATE			X		X			X	X	X	X		
	NATILLAS	X		X		X	X	X			X	X		
Vie.	CREMA DE VERDURAS					X			X	X	X	X		
Kcal	PAELLA DE PESCADO , PALITOS DE CANGREJO	X	X		X	X			X	X	X	X	X	
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
3º SEMANA (12-18oct)(09-15nov)(07-13dic)														
Lun.	POTAJE DE hortelano					X			X	X	X	X		
Kcal	PASTA A LA BOLOÑESA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO YASSA ACOMPAÑADO DE ARROZ CON PASAS	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	POTAJE DE LA ABUELA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA EMPANADA Y ENSALADA DE PAPAYA	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	CALDO DE CILANTRO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ALBONDIGAS AL RAS HANOUT CON COUS COUS DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	TORTILLA DE PAPAS CON PISTO			X		X			X	X	X	X		
	ARROZ CON LECHE	X				X	X	X			X	X		

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
2º SEMANA (05-11oct)(02-08nov)(30-06dic)(28-31dic)														
Lun.	CREMA DE ACELGAS	X				X			X	X		X		
Kcal	ESPIRALES CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y SERRANO	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Mar.	POTAJE CANARIO	X				X			X	X	X	X		
756 Kcal	POLLO AL VINO DE MADEIRA CON PURE DE PAPAS	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
789 Kcal	PESCADO EMPANADO CON ENSALADA VERDE	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	
	FRUTA													
Jue.	REHOGADO DE LENTEJAS Y VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
820 Kcal	CERDO CON SALSA DE MANGO Y COUS COUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ROPA VIEJA	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
4º SEMANA (19-25oct)(16-22nov)(14-20dic)														
Lun.	SOPA DE MENESTRA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	HAMBURGUESA DE PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE Y PAPAS GUIADAS	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	
	FRUTA													
Mar.	CREMA DE ZANAHORIA Y BROCOLI	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MACARRONES CON SALSA POMODORO CON ALBAHACA Y JAMON	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X				X		
Mie.	POTAJE CALABAZA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE MILLO	X		X		X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jue.	SOPA DE LEGUMBRES Y VERDURAS	X				X			X	X	X	X		
Kcal	ARROZ PAISA	X			X	X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Vie.	POTAJE CANARIO	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO CON MANZANA ACOMPAÑADOS DE DE COUS COUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													