

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			1	1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
Crema de verduras <i>(patata, calabacín, zanahoria y cebolla)</i> Merluza en salsa de tomate con ensalada (4,13) Manzana y leche (7) Cal 732 Prot 45 HC 54 Gr 47	Salteado de judías verdes y zanahoria Alitas de pollo al horno (sin salsa BBQ) y guarnición de ensalada (13) Plátano y leche (7) Cal 626 Prot 37 HC 61 Gr 33	Arroz blanco rehogado con ajo y zanahoria Garbanzos estofados con verduras Naranja y leche (7) Cal 695 Prot 33 HC 48 Gr 54	Fideuá mixta (1,2,3,4,6,10,13,14) <small>(PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO)</small> Tortilla de atún con ensalada mixta (3,4,13) Lácteo (7) Cal 559 Prot 29 HC 54 Gr 32	Patatas con verduras Salmón a la naranja con ensalada mixta (4,13) Mandarina y leche (7) Cal 649 Prot 43 HC 54 Gr 34
11	12	13	14	15
Coliflor rehogada con ajo y pimentón Filete de cinta de lomo con ensalada mixta (13) Mandarina y leche (7) Cal 769 Prot 32 HC 72 Gr 39	Sopa de picadillo con fideos (1,3,6,7,10) <small>(PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO)</small> Muslitos de pollo con ensalada mixta (13) Manzana y leche (7) Cal 774 Prot 35 HC 75 Gr 37	Crema de calabaza <i>(patata, calabaza, zanahoria y cebolla)</i> Tortilla de patata <u>casera</u> con ensalada (3,13) Lácteo (7) Cal 714 Prot 33 HC 68 Gr 34	Arroz <i>integral</i> con tomate Judías blancas estofadas con verduras Naranja y leche (7) Cal 695 Prot 35 HC 60 Gr 35	Menestra de verduras Merluza en salsa de cítricos y ensalada mixta (13) Plátano y leche (7) Cal 625 Prot 32 HC 59 Gr 29
18	19	20	21	22
Alubias blancas con verduras Limanda en salsa verde con ensalada (4,13) Manzana y leche (7) Cal 602 Prot 27 HC 49 Gr 42	Judías verdes salteadas con zanahoria Tortilla de patata <u>casera</u> con ensalada (3,13) Plátano y leche (7) Cal 654 Prot 29 HC 35 Gr 51	Paella valenciana Cinta de lomo a la plancha con ensalada mixta (13) Naranja y leche (7) Cal 648 Prot 31 HC 63 Gr 37	Sopa de cocido con fideos (1,3,6,9,10) <small>(PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO)</small> Cocido completo (1,3,6,9,10) <small>(GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA, REPOLLO Y POLLO)</small> <small>(PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO)</small> Lácteo (7) Cal 745 Prot 26 HC 58 Gr 42	Crema de calabacín <i>(patata, calabacín, zanahoria y cebolla)</i> Salmón al horno con ensalada mixta (4,3) Mandarina y leche (7) Cal 714 Prot 33 HC 68 Gr 34
25	26	27	28	29
Garbanzos estofados con verduras <small>(SIN CHORIZO)</small> Tortilla de atún con ensalada mixta (3,4,13) Mandarina y leche (7) Cal 695 Prot 35 HC 60 Gr 35	Crema de calabaza <i>(patata, calabaza, zanahoria y cebolla)</i> Limanda al horno con ensalada (4,13) Manzana y leche (7) Cal 625 Prot 32 HC 59 Gr 29	Brócoli al ajillo Filete de cinta de lomo con ensalada mixta (13) Lácteo (7) Cal 736 Prot 38 HC 65 Gr 36	Sopa de picadillo (1,3,6,7,10) <small>(PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO)</small> Jamoncitos de pollo con ensalada mixta (13) Naranja y leche (7) Cal 695 Prot 35 HC 60 Gr 35	Arroz <i>integral</i> con tomate Merluza en salsa verde con ensalada mixta (4,3) Plátano y leche (7) Cal 774 Prot 35 HC 75 Gr 37



TODOS NUESTROS MENUS VAN ALUMPINADOS DE AGUA, PAN O PAN INTEGRAL (¿VELEZ/SEMENAL).
Informamos a nuestros clientes y usuarios que SERVICIOS HOSTELEROS MARIN dispone de la información obligatoria sobre las sustancias que causen alergias o intolerancias de sus productos según el REGLAMENTO (UE) No 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Bea...
Dietista.

Nº colegiada: COPTESCV-2844