

“MENÚS DE LA RESIDENCIA DE ALBALADEJITO – CUENCA”

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Espaguetis a la carbonara Espaguetis, nata, huevo Lenguado con ensalada Lenguado empanado, tomate, lechuga	Judías pintas con chorizo Judías, chorizo, oreja Tortilla de atún, queso ensalada Huevos, atún, queso, tomate, lechuga	Sopa de cocido Caldo de cocido, fideos Cocido y ensalada Garbanzos, verdura, gallina, cerdo, ternera	Patatas guisadas con costilla Patatas, costillas, verdura Emperador y ensalada Emperador, tomate, lechuga	Ensalada mixta Lechuga, tomate, maíz, espárrago, atún Paella de pescado Arroz, sepia, tacos mero, mejillones, gambas
Puré de verduras Verduras Pisto con magro Magro de cerdo, tomate, pimiento, calabacín	Sopa de arroz Arroz, jamón serrano, huevo cocido, verduras Chuleta de cerdo con patatas	Menestra de verduras Menestra, jamón serrano, huevo cocido Pechuga de pollo, champiñón	Sopa de pucherillo Fideos, jamón serrano, huevo cocido Tortilla española y ensalada Huevos, patatas, tomate, lechuga	1ª SEMANA
Macarrones con chorizo Macarrones, tomate, chorizo Merluza romana con ensalada Merluza, tomate, lechuga	Lentejas guisadas Lentejas, ajo cebolla, patata, zanahoria Tortilla francesa, queso ensalada huevos, queso, tomate, lechuga	Sopa de fideos Fideos, codillo, caldo Caldereta cordero y ensalada Cordero, patatas, tomate, lechuga	Judías blancas Judías blancas, ajo, cebolla, tomate Trucha y ensalada Trucha, tomate, lechuga	Ensalada mixta Lechuga, tomate, maíz, espárrago, atún Paella de verduras Arroz, verduras
Patatas al montón Patatas a la panadera fritas Salchichas con pimientos Salchichas de cerdo, pimientos	Hervido Judías verdes, patatas, cebolla Lomo con patatas fritas Lomo de cerdo, patatas fritas	Arroz a la cubana, huevo frito Arroz, tomate frito, huevo frito Filete de pavo, tomate ajillo Pavo, tomate,	Mojete Tomate, huevo, atún, aceitunas, cebolla Hamburguesa, patatas fritas Carne picada mixta, patatas fritas	2ª SEMANA
Espaguetis tomate, verduras Espaguetis, tomate, pimiento, zanahoria Lenguado con ensalada Filete de lenguado, tomate, lechuga	Sopa de cocido Caldo de cocido, fideos Cocido y ensalada Garbanzos, verdura, gallina, cerdo, ternera	Patatas a la marinera Patatas, gambas, calamares, verdura Albóndigas en salsa, ensalada Carne picada mixta, tomate, lechuga	Judías pintas con arroz Judías, codillo, arroz Salmón al horno, ensalada Salmón, tomate, lechuga	Huevos fritos con pisto Huevo, tomate frito, pimientos Patatas fritas y ensalada Patatas fritas, tomate, lechuga
Sopa de maravilla Maravilla, jamón, huevo, verduras Chuleta, menestra de verduras Chuleta de cerdo, menestra de verduras	Puré de verduras Verduras Pollo asado con patatas fritas	Revuelto de champi y gambas Huevos, champiñón, gambas Pisto con magro Magro de cerdo, tomate, pimiento, calabacín	Sopa de pollo con fideos Fideos, pollo, jamón, verduras Ternera en salsa con patatas Ternera, verduras, patatas	3ª SEMANA
Macarrones con atún Macarrones, tomate frito, atún Tortilla española y ensalada Huevos, patatas, tomate, lechuga	Judías blancas Judías blancas, ajo, cebolla, tomate Bacalao vizcaína y ensalada Bacalao rebozado, tomate frito, lechuga	Sopa de fideos Fideos, codillo, caldo Jamón asado con ensalada Magro, patatas, verduras, tomate, lechuga	Lentejas guisadas Lentejas, ajo, cebolla, patata, zanahoria Sardinas con ensalada Sardinas, tomate, lechuga	Ensaladilla rusa Mayonesa, patata, zanahoria, aceituna, atún Salchichas, patatas y ensalada Salchichas, patatas fritas, tomate, lechuga
Acelgas Acelgas, patatas, pimentón, ajo Chuleta de cerdo, champiñón Chuleta de cerdo, champiñón	Judías verdes con jamón Alicachofas, jamón serrano Pollo asado con patatas Pollo, patatas fritas	Arroz a la cubana, huevo frito Arroz, tomate frito, huevo frito Pechuga pavo, tomate ajillo Pavo, tomate,	Patatas al montón Lomo con pimientos Lomo de cerdo, pimientos fritos	4ª SEMANA

MENUS: Los menús son semanales, de lunes a viernes (a excepción de la cena del viernes). Las comidas y cenas se servirán con agua y pan.

POSTRES: Será fruta de temporada en la comida y en la cena.

DESAYUNO: leche, café o colacao, zumo, pan tostado, bollería, mantequilla, mermelada, pan y fiambre variado.

NOCHES: Además de la fruta. Lunes y miércoles leche, martes y jueves yogurt

NOTA: Junto al menú se expone el Programa Perseo y las Recomendaciones a las familias.