



SERCOPED

Diciembre 2022

DIABÉTICO

			JUEVES 1	VIERNES 2	SABADO 3	DOMINGO 4
			Judías verdes rehogadas Pescadilla en salsa verde Fruta	Alubias pintas con verduras Estofado de ternera Lácteo	Pisto manchego Pechugas a la plancha con champiñones Fruta	Brócoli con ajos Salchichas encebolladas Fruta
			Crema de coliflor/Lácteo	Sopa de cocido / Fruta	Borraja rehogada/lácteo	Crema de verduras/Lácteo
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	SABADO 10	DOMINGO 11
Cardo rehogado Pollo a la cerveza Fruta	Judías verdes rehogadas Bacalao ajoarriero Fruta	Coliflor salteada con bacon Lomo a la riojana Lácteo	Alubias con almejas Carrilleras al vino tinto Fruta	Sopa de verduras Lomo a la plancha con pimientos Fruta	Judías verdes rehogadas Merluza al orio con cebolla Lácteo	Col de hoja Magro guisado con ciruelas y pasas Fruta
Sopa de pescado/Lácteo	Menestra rehogada/Lácteo	Sopa de fideos con pollo/Fruta	Crema de boletus/ Fruta	Espinacas rehogadas/Lácteo	Huevo revuelto con tomate/Fruta	Borraja salteada/Lácteo
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	SABADO 17	DOMINGO 18
Brócoli salteado con ajos Lomo a la plancha con pisto Fruta	Cocido completo Fruta	Guisantes con jamón Pechugas al vino blanco Lácteo	Judías verdes a la portuguesa Longaniza asada con pimientos Fruta	Borraja con jamón Merluza al horno con cebolla Lácteo	Menestra a la aragonesa Albóndigas jardinera Fruta	Coliflor con pimentón Lomo sajonia con champiñones Fruta
Sopa minestrone/Lácteo	Sopa de cocido/Lácteo	Sopa minestrone / Fruta	Coles de Bruselas rehogadas/Lácteo	Sopas de ajo/Fruta	Crema de marisco/Lácteo	Sopa de estrellas/Lácteo
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	SABADO 24	DOMINGO 25
Alubias estofadas Bacalao vizcaína Fruta	Borraja con jamón Cabezada en salsa de zanahoria Lácteo	Col de hoja salteada Pechugas de pollo en salsa española Fruta	Menestra de verduras Costillas asadas con champiñones Fruta	Garbanzos con bacalao y huevo duro Merluza al orio con cebolla y pimientos Lácteo	Cardo rehogado Redondo de ternera en salsa de pasas Surtido navideño	Zarzuela de pescado Ternasco asado con patata panadera Surtido navideño
Brócoli con ajos / Lácteo	Consomé de ave/Fruta	Acelgas rehogadas/Fruta	Judías verdes rehogadas/Lácteo	Sopa de pescado/Fruta	Crema de marisco/Lácteo	Crema de trigueros/Lácteo
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	SABADO 31	
Alcachofas con velouté de jamón Albóndigas con tomate Lácteo	Lentejas melosas con arroz Merluza donostiarra Fruta	Coliflor salteada con pimentón Pollo al chilindrón Lácteo	Col de hoja rehogada Estofado a la jardinera Fruta	Acelgas rehogadas Pescadilla al horno con cebolla Fruta	Alcachofas con almejas Carrilleras a la garnacha Surtido navideño	
Puré de puerros/Fruta	Sopa de verduras/Lácteo	Huevos duros con tallos y guisantes/Fruta	Puré de verduras /Lácteo	Sopa de cocido/Lácteo	Consomé con picadillo de gallina/Fruta	

Esté menú podrá sufrir variaciones por diversas circunstancias ajenas a la empresa