



# Enero 2023

DIABETICO

						DOMINGO 1
						Ensaladilla rusa con espárragos, huevo y langostino Solomillo a la baturra Surtido navideño
						Consumé al Jerez con picadillo/Fruta
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6	SABADO 7	DOMINGO 8
Menestra de verduras Hamburguesa en salsa jardinera Fruta	Judías blancas estofadas Merluza plancha con ensalada de arroz Lácteo	Cardo rehogado Salchichas encebolladas Fruta	Brócoli con ajos Lomo plancha con pimientos Fruta	Berenjena rellena Pierna rellena Roscón de Reyes	Judías verdes rehogadas Pollo guisado Fruta	Garbanzos con espinacas y huevo duro Merluza al orio con cebolla Fruta
Sopa castellana/Lácteo	Puré de calabacín y zanahoria/Fruta	Sopa de ave con fideos/Lácteo	Crema de verduras / Lácteo	Sopa de pescado/Fruta	Crema de espárragos/Lácteo	Revuelto de champiñones/Lácteo
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13	SABADO 14	DOMINGO 15
Acelgas rehogadas Trucha al horno con cebolla Fruta	Lentejas con verduras Ragout de pavo al curry Lácteo	Coles de Bruselas Albóndigas de pescado en salsa verde Fruta	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
Borraja rehogada/Lácteo	Huevos duros con mayonesa/Fruta	Crema de espinacas/Lácteo	Crema de coliflor/Lácteo	Sopa de cocido / Fruta	Borraja rehogada/lácteo	Crema de verduras/Lácteo
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20	SABADO 21	DOMINGO 22
Cardo rehogado Pollo a la cerveza Fruta	Judías verdes rehogadas Bacalao ajoarriero Fruta	Coliflor salteada con bacon Lomo a la riojana Lácteo	Lentejas melosas con arroz Carrilleras al vino tinto Lácteo	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 calabaza/ Fruta	Espinacas rehogadas/Lácteo	Huevo revuelto con tomate/Fruta	Borraja salteada/Lácteo
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27	SABADO 28	DOMINGO 29
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 30	MARTES 31					
Alubias estofadas Bacalao vizcaína Fruta	Borraja con jamón Cabezada en salsa de zanahoria Lácteo					
Brócoli con ajos / Lácteo	Consumé de ave/Fruta					

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