

# MENÚ BASAL-SIN LACTOSA

## SEMANA 1

**LUNES**  
CO: LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO  
PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA  
CE: ESPINACAS SALTEADAS CON PASAS Y HUEVO  
SALCHICHAS DE POLLO AL HORNO

**MARTES**  
CO: SALTEADO DE VERDURAS CAMPESTRE  
ABADEJO ENCEBOLLADO  
CE: CREMA DE CHAMPIÑONES  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATA AL VAPOR

**MIÉRCOLES**  
CO: SALTEADO DE BRÓCOLI AL AJILLO  
MUSLOS DE POLLO A LA MIEL Y MOSTAZA  
CE: SOPA DE PASTA MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON DADOS DE CALABACÍN

**JUEVES**  
CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS  
BUÑUELOS DE BACALAO CON ENSALADA  
CE: CREMA DE PUERROS  
TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE

**VIERNES**  
CO: CREMA DE ZANAHORIA  
ARROZ CON MAGRO DE CERDO  
CE: SOPA DE PASTA  
SANDWICH VEGETAL

**SÁBADO**  
CO: JUDÍAS BLANCAS CON BUTIFARRA NEGRA  
LOMO DE MERLUZA REBOZADO  
CE: MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS  
HUEVOS DUROS GRATINADOS CON TOMATE

**DOMINGO**  
CO: PORRUSALDA CON ABADEJO  
FIDEUÁ CON ALIOLI  
CE: SOPA MARAVILLA  
PAN CON TOMATE CON EMBUTIDO

## SEMANA 2

CO: MACARRONES CON TOMATE Y BACÓN  
MUSLOS DE POLLO AL CHILINDRÓN  
CE: SOPA DE VERDURAS CON PASTA  
MERLUZA CON SALSAS VERDE Y GUISANTES

CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS  
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS  
CE: MENESTRA DE VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA

CO: ARROZ A LA MARINERA  
MERLUZA A LA PLANCHA CON TOMATE  
CE: SALTEADO DE BRÓCOLI CON PUERRO  
SALCHICHAS DE CERDO AL VINO CON ZANAHORIA

CO: ESCUDELLA  
CARNE DE COCIDO  
CE: CREMA DE VERDURAS  
JAMÓN COCIDO CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES

CO: ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA  
FILETE DE MERLUZA A LA GALLEGA CON VERDURAS  
CE: SOPA DE PASTA  
TORTILLA DE ESPINACAS CON TOMATE AL HORNO

CO: GUISANTES A LA FRANCESA  
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA  
CE: CREMA DE PATATA Y PUERRO  
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CON PISTO

CO: JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA  
CODILLO DE CERDO AL VINO CON CHAMPIÑONES  
CE: CREMA DE CALABACÍN  
MERLUZA A LA DONOSTIARRA

## SEMANA 3

CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS  
FRICANDÓ DE TERNERA CON SETAS  
CE: SOPA CASTELLANA  
TORTILLA FRANCESA CON PURÉ DE PATATA

CO: SALTEADO DE BRÓCOLI CON PATATA  
MUSLOS DE POLLO AL ROMERO  
CE: CREMA DE ZANAHORIA  
MERLUZA EN SALSAS VERDE CON ESPÁRRAGOS

CO: ARROZ CALDOSO DE VERDURAS  
RAPE A LA GRIEGA  
CE: SOPA DE PASTA  
SALCHICHAS DE PAVO ENCEBOLLADAS CON PATATAS

CO: LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS  
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ENSALADA  
CE: CREMA DE PUERROS  
ABADEJO AL LIMÓN CON TOMATE

CO: MACARRONES BLANCOS CON ORÉGANO Y ACEITE  
DELICIAS DE BACALAO A LA ROMANA  
CE: CREMA DE VERDURAS  
TIRAS DE POLLO CON VERDURAS

CO: PATATAS ESTOFADAS CON PUERROS  
ALBÓNDIGAS CON SALSAS Y GUISANTES  
CE: MENESTRA DE VERDURAS  
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA

CO: PARRILLADA DE VERDURAS CON ROMESCO  
PAELLA DE PESCADO Y MARISCO  
CE: SOPA DE PASTA  
TOSTADA CON ESCALIVADA Y ATÚN

## SEMANA 4

CO: PATATAS ESTOFADAS CON CHISTORRA  
POLLO CON CIRUELAS Y CHAMPIÑONES  
CE: SOPA DE AVE CON FIDEOS  
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA

CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS  
HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS  
CE: MENESTRA DE VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA

CO: ARROZ CON TOMATE  
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA  
CE: CREMA DE PUERROS  
CHULETAS DE PAVO AL AJILLO CON VERDURAS

CO: ESCUDELLA  
CARNE DE COCIDO  
CE: ACELGAS CON PATATA  
MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN  
SALTEADO

CO: FIDEOS A LA CAZUELA CON CERDO  
SALMÓN AL HORNO CON ZANAHORIA  
CE: CREMA DE CHAMPIÑONES  
TORTILLA DE PIMIENTOS Y CEBOLLA

CO: CREMA DE CALABAZA  
FILETE DE POLLO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO  
CE: MENESTRA DE VERDURAS  
MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA

CO: PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS  
FRICANDÓ DE TERNERA CON SETAS  
CE: SOPA DE VERDURAS CON PASTA  
PAN CON TOMATE Y EMBUTIDO

**DESAYUNO:** CAFÉ/LECHE SIN LACTOSA/INFUSIÓN. MAGDALENAS (s/l)/TOSTADA CON AZÚCAR Y MERMELADA o ACEITE Y TOMATE/GALLETAS (s/l)/CHURROS/FRUTA.

**MERIENDA:** GALLETAS (s/l)/MAGDALENAS (s/l). CAFÉ/LECHE SIN LACTOSA/INFUSIONES.

**POSTRE:** FRUTA TEMPORADA/MANZANA AL HORNO/YOGUR (s/l).

DE ACUERDO CON EL MODELO ACP SE OFRECE ELECCIÓN LIBRE EN EL DESAYUNO Y LA MERIENDA.

