

MENÚ AGOSTO 2026				
CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	4	5	6	7
Espinacas con Patata y Refrito de Ajos y Pasas 5T-8T-12	Ensalada de Pasta con Jamon y Pollo 1-3T-6T-10T	Guisantes con Patatas	Cocido de Garbanzos 6	Ensaladilla Rusa con Atun 3-4
Ternera en Menestra a la Navarra 1-9	Merluza Asada 2T-4-14T	Pimientos de Piquillo Rellenos de Bacalao 1-2T-3T-4-6T-7-10T-14T	Tortilla francesa 3	Salmon al Papillote 4
Champiñones al Ajillo 12	Pimiento Verde Asado		Brocoli y Zanahoria dado al Vapor 12	Salteado de Verduras
Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
Kcal: 901 Lip: 35,71 Prot: 57,58 HC: 82,92	Kcal: 725 Lip: 25,80 Prot: 42,24 HC: 79,84	Kcal: 713 Lip: 17,17 Prot: 36,26 HC: 98,39	Kcal: 778 Lip: 37,23 Prot: 34,60 HC: 76,86	Kcal:1.213,93 Lip:78,80 Prot:61,35 HC:60,68
10	11	12	13	14
Raviolis en Salsa Napolitana 1-3-6T-7-10T	Fabada vegetal de judías blancas	Salmorejo 1-6T-10T	Lentejas Estofadas Veganas 1T-12	Fideua de Marisco con Ali-Oli 1-2-3-4-6-10T-12-14
Albondigas a la Jardinera 6-12	Cazon al Horno con Picada 2T-4-12-14T	Muslo de Pollo Asado	Tortilla francesa 3	Rape al Horno 4-5T-7-8-12
Champiñones al Ajillo 12	Judia Verde Fina	Patata Panadera	Pimiento Rojo Asado	Salsa de Almendras 4-5T-7-8-13
Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
Kcal: 1.210 Lip: 65,12 Prot: 42,17 HC: 110,12	Kcal: 702 Lip: 24,69 Prot: 47,59 HC: 71,07	Kcal: 768 Lip: 32,49 Prot: 56,04 HC: 60,35	Kcal: 587 Lip: 22,05 Prot: 24,98 HC: 74,40	Kcal:746 Lip:18 Prot:55,25 HC:96
17	18	19	20	21
Salteado de Garbanzos y Acelgas 12	Cardo con Patatas Ajos y Pimenton 12	Espaguetis al Pesto Verde 1-3T-5T-6T-7-8-10T	Lentejas Estofadas con Verduras 1T	Paella de Marisco 2-4-12-14
Salmon al Horno 4	Estofado de Ternera a la Jardinera	Roti de Pavo en Jugo 6-7-12	Tortilla francesa 3	Pollo al Horno 5T-8-12T
Patata Panadera	Salsa Jardinera	Salsa de Dados de Calabaza y Setas 6-7-12	Piperrada 12	Salsa a la Catalana 5T-8-12T
Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
Kcal: 989 Lip: 49,74 Prot: 61,60 HC: 74	Kcal: 872 Lip: 33 Prot: 59 HC: 80	Kcal: 1.059Lip: 56 Prot: 35 HC: 103	Kcal: 628 Lip: 22,33 Prot: 26,27 HC: 81,09	Kcal:1.044 Lip:34,67 Prot:60,72 HC:138,34

ALERGENOS:

1- Gluten; 2- Crustáceo; 3- Huevo; 4- Pescado; 5- Cacahuete;6- Soja; 7- Leche y derivados; 8- Frutos secos; 9- Apio; 10- Mostaza; 11- Sésamo; 12- Sulfitos;13- Altramuces; 14- Moluscos

MENÚ AGOSTO 2026

CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
24	25	26	27	28
Salmorejo 1-6T-10T	Fideua Mixta con Ali-Oli 1-2-3-4-6-10T-12-14	Crema de Calabaza 12	Arroz Integral con verduras 9T	Lentejas de la Abuela 1T-6
Pollo a L'ast	Estofado de Ternera a la Jardinera	Butipincho 1-12	Cazon al Horno 2T-4-14	Rape al Horno 4
Patata Asada 12	Salsa Jardinera	Secas	Salsa de Almendras 5T-7-8	Salsa Marinera 2T-12-14
Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T

Kcal: 765 Lip: 32,42 Prot: 56,35 HC: 60,29

Kcal: 1.206 Lip: 49,43 Prot: 69,05 HC: 119,71

Kcal: 696 Lip: 38 Prot: 30 HC:57

Kcal: 1.072 Lip: 29,81 Prot: 51,52 HC: 150,63

Kcal:758 Lip:29 Prot:49 HC:67

31
Coliflor con Patata Ajorriera 12
Pollo al Horno 5T-8-12
Salsa Pepitoria 5T-8-12
Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T

Kcal: 735 Lip: 28 Prot: 60 HC: 60

Kcal: 586 Lip: 27,02 Prot: 29,75 HC: 54,78

Kcal: 634 Lip: 26,46 Prot: 23,75 HC: 75,91

Kcal: 754 Lip: 43,74 Prot: 47,81 HC: 92,76

Kcal:934 Lip:25,42 Prot:58,94 HC:93,56

ALERGENOS:

1- Gluten; 2- Crustáceo; 3- Huevo; 4- Pescado; 5- Cacahuete;6- Soja; 7- Leche y derivados; 8- Frutos secos; 9- Apio; 10- Mostaza; 11- Sésamo; 12- Sulfitos;13- Altramuces; 14- Moluscos

