

# MENÚ MAYO 2026

## CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado		Domingo	
								1		2		3	
								Trinxat de la Cerdanya 6-7		Escudella Barrejada 1-3T-7-6-10T		Judía Verde con Patata y zanahoria	
								Muslo de Pollo a L'Ast		Hamburguesa Mixta con Cebolla Confitada 6-12		Ragout de Pavo a la Catalana 5T-8-11T-12T	
								<b>Patata Gajo</b>		Brócoli al ajillo		Calabacín al Horno	
								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	
				<i>Kcal: 951 Lip: 35 Prot: 86 HC: 94</i>				<i>Kcal:1.044,73 Lip:48,49 Prot:89,67 HC:80,71</i>		<i>Kcal:1145 Lip:59 Prot:65 HC:83</i>		<i>Kcal:862 Lip:31 Prot:57 HC:90</i>	
4		5		6		7		8		9		10	
Crema de Verduras de Temporada con Queso de Cabra 7-12		Tallarines con Salsa Carbonara 1-3T-6-6T-7-10T		Panaché de verduras 9T		Judías Estofadas con Costillas y Chorizo 6		Paella de Marisco 2-12-14		Garbanzos estofados 6		Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	
Estofado de Cerdo 9T		Roti de Pavo en Jugo con Dados de Calabaza y		Pollo al Chilindrón 12		Bacalao con Verduritas 4		Ternera a la Navarra 1-9		Tortilla Francesa 3		Muslo de Pollo Asado	
Pimientos al Ajillo		Salteado de Verduras		Patata Asada		Calabacín al Horno		Pimiento Rojo Asado		Patata Panadera		Pimiento Morron en Tiras	
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		Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T		Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	
<i>Kcal: 797 Lip: 25,53 Prot: 64,98 HC: 89,55</i>		<i>Kcal: 1.369 Lip: 52,25 Prot: 63,84 HC: 159,35</i>		<i>Kcal: 771 Lip: 26,73 Prot: 60 HC: 73</i>		<i>Kcal: 808 Lip: 30,62 Prot: 65 HC:77</i>		<i>Kcal:1.069,46 Lip:33,59 Prot:66,69 HC:134,98</i>		<i>Kcal: 946 Lip: 52 Prot: 33 HC: 87</i>		<i>Kcal: 717 Lip: 27 Prot: 63 HC: 55</i>	
11		12		13		14		15		16		17	
Arroz Salteado con Setas y Pollo 1-6-6T-7T-9T-10T		Judía Verde con Patata		Lentejas estofadas con patata y calabaza 1T		Crema de Calabaza 12		Fideua de Pescado con Ali-Oli 1-2-3T-3-6T-6-10T-12-14		Brócoli, Tofu ,Zanahoria y Nueces 1T-5T-6-8		Fabada Vegetal de Judías Blancas	
Butifarra 6T-12		Estofado de Pavo con Ciruelas 5T-8T-8-11T-12T		Tortilla Francesa 3		Cuarto de Pollo al Horno		Tilapia con Tomate Concasse y Sus Hierbas 4		Hamburguesa con Queso y Cebolla 6-7-12		Cazón con Salsa de Almendras 2T-4-5T-7-8-11T-14T	
Sanfaina 9T		Pimiento Verde Asado		Brócoli al Ajillo		Patata Gajo		Pimientos Fritos		Calabacín al Horno		Berenjena Asada	
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		Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T		Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	
<i>Kcal: 886 Lip: 39,43 Prot: 37,97 HC: 96,32</i>		<i>Kcal: 846 Lip: 31,18 Prot: 57,81 HC: 85,38</i>		<i>Kcal: 568 Lip: 24,39 Prot: 25,78 HC: 85,21</i>		<i>Kcal: 796 Lip: 29 Prot: 78 HC: 74</i>		<i>Kcal:1.068,83 Lip:35,19 Prot:84,37 HC:102,85</i>		<i>Kcal:973 Lip:59 Prot:56 HC:51</i>		<i>Kcal:779 Lip: 29 Prot: 49 HC: 80</i>	

### 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 MAYO 2026

### CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	Lentejas Caseras con Costilla y Chorizo 1T-6	Crema de Verduras con Infusión de Romero 12	Trinxat de la Cerdanya 6-7	Macarrones con Chorizo 1-3T-6T-6-10T	Cocido Completo 1-3T-6-7-10T	Brócoli con Patata
Butipincho 1-12	Bacalao Marinera de ajo blanco 4-12	Estofado de Ternera a la Jardinera 9T	Salmon al Papillote 4	Croquetas de cocido 1-3T-7-14T	Merluza con Ajo y Guindilla 4	Butifarra de Pollo 12
Patata Panadera	Judía Verde Fina	Patata Gajo	Pimiento Rojo Asado	Salteado de Verduras	Esparragos verde Triqueros	Piperrada
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	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
<i>Kcal: 75 8Lip: 38,70 Prot: 34,34 HC: 67</i>	<i>Kcal: 960 Lip: 51,05 Prot: 47,91 HC: 79,39</i>	<i>Kcal: 897 Lip: 28 Prot: 75 HC: 107</i>	<i>Kcal: 1.140 Lip: 67,20 Prot: 64,81 HC: 67,40</i>	<i>Kcal:1.048 Lip:46 Prot:29 HC:124</i>	<i>Kcal:803 Lip:32 Prot:51 HC:76</i>	<i>Kcal:625 Lip:24 Prot:34 HC:61</i>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
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	Vichyssoise 12	Ensaladilla rusa con Atún 3-4
Salmon al Horno 4	Estofado de Ternera a la Jardinera	Roti de Pavo en Jugo con Dados de Calabaza y Setas 6-7-12	Tortilla francesa 3	Pollo a la Catalana 5T-8-12T	Merluza con Ajo y Guindilla 4	Hamburguesa mixta de Ternera y Cerdo 6-12
Patata Panadera	Salteado Mediterraneo	Patata al Caliu 12	Piperrada 12	Calabaza con Hierbas Provenzales	Patata Gajo	Pimiento Rojo Asado
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	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T	Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
<i>Kcal: 1.002 Lip: 49,74 Prot: 61,60 HC: 77,62</i>	<i>Kcal: 962 Lip: 42,37 Prot: 56,31 HC: 89,07</i>	<i>Kcal: 1.559 Lip: 90,73 Prot: 41,85 HC: 144,66</i>	<i>Kcal: 597 Lip: 22,24 Prot: 23,97 HC: 75,61</i>	<i>Kcal:1.238,73 Lip:39,39 Prot:84,04 HC:145,59</i>	<i>Kcal:640 Lip:25 Prot:54 HC:70</i>	<i>Kcal:1278 Lip:96 Prot:49 HC:53</i>

#### 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