

MENÚ DIETA ABRIL 2026 CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
		Garbanzos estofados con Huevo y Espinacas 3-12	FIESTA		Brócoli, Tofu ,Zanahoria y Nueces 1T-5T-6-8	Fabada Vegetal de Judías Blancas
		Bacalao Gratinado 4-7			Hamburguesa con Queso y Cebolla 6-7-12	Cazón con Salsa de Almendras 2T-4-5T-7-8-11T-14T
		Patata Gajo			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
Kcal: 951 Lip: 35 Prot: 86 HC: 94						
6	7	8	9	10	11	12
Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	Lentejas Caseras con Costillas y Chorizo 1T-6	Crema de Verduras con Infusión de Romero 12	Trinxat Vegetariano	Wok de Verduras	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	Tortilla francesa 3	Merluza con Ajo y Guindilla 4	Butifarra de Pollo 12
Patata Panadera	Judía Verde Fina	Patata Gajo	Pimiento Rojo Asado	Salteado de Verduras	Esparragos verdes Trigueros	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
Kcal: 778 Lip: 38,64 Prot: 34,72 HC: 70						
13	14	15	16	17	18	19
Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	Judía Verde con Patata	Judías Estofadas con Carne 6	Panaché de verduras 9T	Crema de calabaza y coco 12	Brócoli, Patata y Zanahoria	Lentejas Estofadas Veganas 1T
Pollo al Chilindrón 12	Cazón con Tomate 2T-4-14T	Merluza a la Marinera 4-12-14	Estofado de Cerdo a la Jardinera 1-9	Pechuga de Pollo a la Napolitana	Ragout de Pavo Estofado con Setas 1-6	Salmon al Horno 4
Patata Panadera	Champiñones con Ajo y Perejil	Patata al Caliu 6T-9T	Piperrada	Patata Asada	Calabaza con Hierbas Provenzales	Salteado Campestre
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
Kcal: 844 Lip: 27,41 Prot: 63,94 HC: 83						
Kcal: 605 Lip: 24,12 Prot: 38,65 HC: 56,44						
Kcal: 845 Lip: 28,59 Prot: 51,45 HC: 95,90						
Kcal: 690 Lip: 21,77 Prot: 54,28 HC: 68,33						
Kcal:709,84 Lip:22,80 Prot:49,86 HC:77,75						
Kcal: 749 Lip: 22 Prot: 65 HC: 86						
Kcal: 1021 Lip: 52 Prot: 63 HC: 76						

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 DIETA ABRIL 2026
CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
20	21	22	23	24	25	26
Crema de Calabacín 12	Espinacas con Patata a la Catalana 5T-8T-12T	Wok de Verduras	Vichyssoisse	Lentejas de la Abuela 1T-6	Crema de Zanahoria 12	Fabada vegetal de judías blancas
Pollo a la Cazadora 12	Ternera en Menestra a la Navarra 1-9	Tilapia a la Vizcaína 4	Salchichas con Tomate y Cebolla 6T-12	Caballa al Horno con picada de ajo y perejil 2T-4-14T	Albóndigas estofadas con sepia 6-12-14	Suprema de Salmón a la Naranja 4
Guisantes con Ajillo	Patata Parisina 6T-9T	Calabacín al Horno	Patata Gajo	Salteado de Verduras	Champiñones al Ajillo 12	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	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: 754 Lip: 33,86 Prot: 45,22 HC: 67,52	Kcal: 893 Lip: 29,89 Prot: 60,79 HC: 95,72	Kcal: 806 Lip: 32,68 Prot: 68,17 HC: 55,39	Kcal: 787 Lip: 42,28 Prot: 50,72 HC: 69,85	Kcal:994,79 Lip:52,83 Prot:53,48 HC:78,01	Kcal:929 Lip:54 Prot: 45 HC:87	Kcal:939 Lip: 44 Prot: 61 HC: 77
27	28	29	30			
Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	Coliflor con Patata Ajorriera 12	Lentejas Caseras 1T-6	Menestra de Verduras			
Tortilla Francesa 3	Cazón con Tomate 2T-4-14T	Butifarra de Pollo 12	Merluza Asada 4			
Pisto de Verduras 9T	Judía Verde Fina	Patata Panadera	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			
Kcal: 502 Lip: 24,72 Prot: 19 HC: 55	Kcal: 681 Lip: 29,48 Prot: 40,35 HC: 62,30	Kcal: 842 Lip: 32 Prot: 46 HC: 90	Kcal: 719 Lip: 27 Prot: 42 HC: 66			

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