

MENÚ DIETA FEBRERO 2026
CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
						Fabada vegetal de judías blancas
						Suprema de Salmón a la Naranja 4
						Calabacín al horno
						Postre y Pan 1-3T-6T-7T-8T-11T
Kcal:939 Lip: 44 Prot: 61 HC: 77						
2	3	4	5	6	7	8
Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo	Coliflor con Patata Ajorriera 12	Lentejas Caseras 1T-6	Menestra de Verduras	Trinxat Vegetariano	Escudella Barrejada 1-3T-7-6-10T	Judía Verde con Patata y zanahoria
Tortilla Francesa 3	Cazón con Tomate 2T-4-14T	Merluza Asada 4	Bacalao con Ajo y Perejil 4	Muslo de Pollo a L'Ast	Hamburguesa Mixta con Cebolla Confitada 6-12	Ragout de Pavo a la Catalana 5T-8-11T-12T
Pisto de Verduras 9T	Judía Verde Fina	Patata Panadera	Salteado de Verduras	Patata Gajo	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	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: 995 Lip: 51,76 Prot: 49,55 HC: 92	Kcal: 677 Lip: 17,70 Prot: 49,18 HC: 64	Kcal:821,99 Lip:29,10 Prot:79,48 HC:80,12	Kcal:936 Lip:38 Prot:62 HC:71	Kcal:862 Lip:31 Prot:57 HC:90
9	10	11	12	13	14	15
Crema de Verduras de Temporada con Queso de Cabra 7-12	Acelgas con Patatas	Panaché de verduras 9T	Judías Estofadas con Costillas y Chorizo 6	Brócoli con Patata	Garbanzos estofados 6	Acelgas con Patatas y Refrito de Ajo
Estofado de Cerdo 9T	Roti de Pavo en Jugo con Dados de Calabaza y Setas 6-7-12	Pollo al Chilindrón 12	Bacalao con Verduritas 4	Ternera en Menestra 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
Kcal: 797 Lip: 25,53 Prot: 64,98 HC: 89,55	Kcal: 815 Lip: 32,24 Prot: 40,23 HC: 91,29	Kcal: 771 Lip: 26,73 Prot: 60 HC: 73	Kcal: 808 Lip: 30,62 Prot: 65 HC: 77	Kcal:784,67 Lip:28,25 Prot:53,95 HC:74,71	Kcal: 946 Lip: 52 Prot: 33 HC: 87	Kcal: 717 Lip: 27 Prot: 63 HC: 55

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 FEBRERO 2026						
CENTROS DE CONVIVENCIAS PARA MAYORES						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
16	17	18	19	20	21	22
Crema de Calabacín 12	Judía Verde con Patata	Lentejas estofadas con patata y calabaza 1T	Crema de Calabaza 12	Acelgas Salteadas con Cebolla y Tomate Cherry	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
Kcal: 652 Lip: 35,58 Prot: 26,23 HC: 56,18	Kcal: 846 Lip: 31,18 Prot: 57,81 HC: 85,38	Kcal: 568 Lip: 22 Prot: 24 HC: 67	Kcal: 796 Lip: 29 Prot: 78 HC: 74	Kcal:749,80 Lip:20,92 Prot:73,76 HC:66,39	Kcal:973 Lip:59 Prot:56 HC:51	Kcal:779 Lip: 29 Prot: 49 HC: 80
23	24	25	26	27	28	
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	
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	
Patata Panadera	Judía Verde Fina	Patata Gajo	Pimiento Rojo Asado	Salteado de Verduras	Esparragos verdes Trigueros	
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	Kcal: 996 Lip: 54,31 Prot: 51,18 HC: 77,78	Kcal: 897 Lip: 28 Prot: 75 HC: 107	Kcal: 917 Lip: 47,81 Prot: 54,61 HC: 66,81	Kcal 610 Lip:34 Prot:16 HC:55	Kcal:803 Lip:32 Prot:51 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