



































































## MENÚS DE MAYORES CURSO 2022/2023

1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA
<p style="text-align: center;"><b>LUNES</b></p> <p><b>COMIDA:</b> Arroz con tomate natural  Tortilla francesa  Fruta</p> <p><b>MERIENDA:</b> Pavo con pan y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>LUNES</b></p> <p><b>COMIDA:</b> Macarrones con tomate/queso   Tortilla patata y/o calabacín  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b>  Pavo con pan y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>LUNES</b></p> <p><b>COMIDA:</b> Quinoa con verduras Tortilla francesa  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pavo con pan y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>LUNES</b></p> <p><b>COMIDA:</b> Pasta con tomate natural  Tortilla de patata y / o calabacín  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pavo con pan y leche  </p>
<p style="text-align: center;"><b>MARTES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Sopa de cocido Cocido madrileño completo  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con aceite y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>MARTES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Judías blancas con verduras y arroz caballa con tomate y lechuga Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con aceite y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>MARTES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Garbanzos con verduras San marino    Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con aceite y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>MARTES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Sopa de cocido Cocido madrileño completo  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con aceite y leche  </p>
<p style="text-align: center;"><b>MIÉRCOLES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Puré de Verduras Ragú de ternera en salsa  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Yogur y fruta </p>	<p style="text-align: center;"><b>MIÉRCOLES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Crema de hortalizas Lomo con patatas Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Yogur y fruta </p>	<p style="text-align: center;"><b>MIÉRCOLES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Crema de verduras Estofado de carne con verduras Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Yogur y fruta </p>	<p style="text-align: center;"><b>MIÉRCOLES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Verduras salteadas (brócoli o espinaca o judías verdes...) y zanahorias Lomo en salsa  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Yogur y fruta </p>
<p style="text-align: center;"><b>JUEVES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Lentejas con verduritas Filetes de pollo empanado   Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Jamón york con pan y tomate y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>JUEVES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Sopa de arroz Albóndigas pollo en salsa   Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Jamón york con pan y tomate y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>JUEVES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Ensalada de lechuga y tomate Paella de pollo con verduras Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Jamón york con pan y tomate y leche  </p>	<p style="text-align: center;"><b>JUEVES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Sopa de pasta  Pollo asado con verduras Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Jamón york con pan y tomate y leche  </p>
<p style="text-align: center;"><b>VIERNES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Crema de puerro y patata  Pescado rebozado y ensalada    Fruta</p> <p><b>MERIENDA:</b> Pan con queso y fruta  </p>	<p style="text-align: center;"><b>VIERNES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Lentejas con verduras Pescado a la jardinera  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con queso y fruta  </p>	<p style="text-align: center;"><b>VIERNES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Verdura rehogada Filetes pescados con ensalada    Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con queso y fruta  </p>	<p style="text-align: center;"><b>VIERNES</b></p> <p><b>COMIDA</b> Legumbres con verduras Pescado en salsa o tomate  Fruta</p> <p><b>MERIENDA</b> Pan con queso y fruta  </p>