































































Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
<b>Crema de zanahorias con pavo</b> <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b> 	<b>Estofado de patatas con magro de cerdo</b> [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo] <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	<b>Macarrones sin huevo con salsa carbonara</b> [pavo, LECHE, cebolla, NATA líquida, maicena] <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b>   	<b>Lentejas estofadas con verduras [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	<b>Arroz salteado con salsa de tomate [tomate, cebolla]</b> <b>FORMA DE COCINADO: SALTEADO</b>
<b>Merluza (merluccius hubbsi) al horno al ajillo [aceite de oliva virgen, ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	<b>Carne mechada</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>	<b>Salchichas de pollo al vino [cebolla, maicena, VINO blanco, pimienta negra molida]</b> <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>   	<b>Merluza (merluccius hubbsi) al horno en salsa casera amarilla [cebolla, zanahoria, tomate, pimiento verde y rojo, ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b> 	<b>Pavo al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 
-	<b>Lechuga y maíz aliñados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada</b> <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>	-	-	-
<b>Pan</b> 	<b>Pan integral</b> 	<b>Pan</b> 	<b>Pan integral</b> 	<b>Pan</b> 
Pera	Plátano	Melón	Yogur 	Manzana
Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
<b>Potaje de alubias con verduras [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	<b>Caracolas sin huevo salteadas con tomate y atún</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>  	<b>Estofado de patatas con vacuno [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	<b>Gazpacho [tomate, cebolla, aceite de oliva virgen extra, pimiento verde, pepino]</b> <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>  	<b>Puchero de garbanzos con pollo [judías verdes, cebolla, zanahoria, puerro, calabaza]</b> <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>
<b>Bacalao (gadus morhua) al horno en salsa verde [fumet de pescado, vino blanco, ajo, sal yodada, harina de TRIGO y perejil]</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>    	<b>Carne mechada</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>	<b>Hamburguesa de salmón (salmo salar) en salsa de verduras [cebolla, zanahoria, puerro, tomate, pimiento rojo y verde, ajo]</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	<b>Lomo adobado al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>  	<b>Pez espada (xiphias gladius) al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 
-	<b>Tomate y maíz aliñados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada</b> <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>	-	<b>Patatas panaderas [patata, cebolla]</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>	-
<b>Pan</b> 	<b>Pan integral</b> 	<b>Pan</b> 	<b>Pan integral</b> 	<b>Pan</b> 
Kiwi	Plátano	Manzana	Yogur 	Sandía

Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
<b>Macarrones sin huevo con salsa carbonara</b> [pavo, LECHE, cebolla, NATA líquida, maicena] <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b> 	Guiso de arroz con pollo [tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>	<b>Lentejas estofadas con verduras</b> <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	Cocido de garbanzos con judías verdes y calabaza [judías verdes, cebolla, zanahoria, puerro, calabaza] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>	<b>Aliño de pasta con atún (sin huevo)</b> <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b> 
Merluza (merluccius hubbsi) a la menier [harina de TRIGO, limón, perejil] <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	<b>Bacalao (gadus morhua) al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	Chuletas de pavo a la plancha en salsa casera [patata, cebolla, zanahoria, puerro, tomate, pimiento rojo y verde, ajo] <b>FORMA DE COCINADO: PLANCHA</b>	<b>Lomo adobado al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	Salchichas de merluza (merluccius) en salsa de tomate [tomate, cebolla] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b> 
-	Lechuga aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>	-	-	-
Pan  Pera	Pan integral  Plátano	Pan  Manzana	Pan integral  Yogur 	Pan  Melón
Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
Potaje de alubias con verduras [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo] <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>	<b>Crema de siete verduras</b> <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b>	<b>Caracolas sin huevo con salsa de tomate</b> <b>FORMA DE COCINADO: HERVIDO</b> 	Guiso de arroz con pollo [tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>	Lentejas estofadas con magro de cerdo [patata, tomate, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento rojo y verde y ajo] <b>FORMA DE COCINADO: ESTOFADO</b>
<b>Salmón (salmo salar) en salsa casera</b> [cebolla, zanahoria, tomate, vino blanco, fumet] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b> 	<b>Pinchito de pollo</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	Carrillada en salsa <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b> 	<b>Bacalao (gadus morhua) al horno</b> <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 	Varitas de merluza <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 
-	Lechuga y maíz aliñados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>	Arroz salteado [arroz vaporizado, cebolla] <b>FORMA DE COCINADO: SALTEADO</b>	-	Tomate y maíz aliñados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada <b>FORMA DE COCINADO: CRUDO</b>
Pan  Manzana	Pan integral  Pera	Pan  Plátano	Pan integral  Yogur 	Pan  Sandía
Día 30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">   <b>hnosGONZÁLEZ</b> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>María Reinoso Campos</b>            Técnico Superior en Dietética</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>Departamento de Nutrición y Dietética</b>            Telf. 955 80 68 75            nutricion@cateringgonzalez.com  <a href="http://www.cateringgonzalez.com">http://www.cateringgonzalez.com</a></p> </div> </div>			
Puchero de garbanzos con verduras [zanahoria, patata, judías verdes, calabaza, puerro, cebolla] <b>FORMA DE COCINADO: GUISADO</b>				
Merluza (merluccius hubbsi) a la menier [harina de TRIGO, limón, perejil] <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b> 				
Patatas al horno <b>FORMA DE COCINADO: HORNEADO</b>				
Pan  Kiwi				