



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Julio 2026

Menú Basal

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Miércoles

Jueves

Viernes

		1 Kcal 763 Glú 103 Líp 26 Pro 24 Ensalada Crema de legumbres y calabacín ECO Merluza orly Postre Lácteo Pan integral	2 Kcal 778 Glú 105 Líp 25 Pro 28 Ensalada Paella valenciana Pechuga de pavo y queso manchego Postre Fruta Pan	3 Kcal 801 Glú 103 Líp 27 Pro 32 Picatostes Potaje garbanzos Tortilla de patata y calabacín Postre Fruta Pan
6 Kcal 762 Glú 98 Líp 28 Pro 24 Ensalada Lentejas con verduras ECO Varitas de merluza Postre Fruta Pan	7 Kcal 798 Glú 112 Líp 24 Pro 29 Ensalada Espirales con cebolla, atún y tomate Tortilla francesa Postre Fruta Pan	8 FESTIVO	9 Kcal 809 Glú 106 Líp 27 Pro 30 Ensalada Arroz al horno Jamón de pavo y queso Postre Fruta Pan	10 Kcal 775 Glú 94 Líp 26 Pro 35 Picatostes Crema Vichyssoise Lomo adobado al horno con tomate Postre Lácteo Pan
13 Kcal 853 Glú 115 Líp 31 Pro 23 Ensalada Macarrones sorrentina Nuggets de pollo Postre Fruta Pan	14 Kcal 707 Glú 105 Líp 22 Pro 17 Ensalada Crema de hortalizas y verduras Hamburguesa de coliflor y sésamo Postre Lácteo Pan	15 Kcal 730 Glú 98 Líp 24 Pro 27 Snacks Ensalada alemana de patata Pollo al horno a la manzana Postre Fruta Pan integral	16 Kcal 847 Glú 108 Líp 28 Pro 34 Ensalada Arroz con tomate Longanizas al horno Postre Fruta Pan	17 Kcal 793 Glú 104 Líp 29 Pro 22 Ensalada Guisado marinero de albóndigas Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta Pan
20 Kcal 849 Glú 113 Líp 29 Pro 29 Ensalada Coditos con tomate y orégano Merluza a la romana Postre Fruta Pan	21 Kcal 775 Glú 101 Líp 27 Pro 28 Ensalada Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata y cebolla Postre Gelatina Pan	22 Kcal 735 Glú 96 Líp 23 Pro 32 Ensalada Crema de legumbres Pollo a la cazadora Postre Fruta Pan integral	23 Kcal 764 Glú 105 Líp 24 Pro 27 Ensalada Arroz a banda Jamón york y queso Postre Fruta Pan	24 Kcal 847 Glú 105 Líp 29 Pro 35 Snacks Ensalada de espirales con atún Hamburguesa mixta Postre Lácteo Pan
27 Kcal 724 Glú 102 Líp 24 Pro 20 Ensalada Lentejas con verduras Nuggets de brócoli al horno Postre Fruta Pan	28 Kcal 830 Glú 111 Líp 29 Pro 26 Ensalada Macarrones boloñesa Caprichos de calamar Postre Fruta Pan	29 Kcal 740 Glú 96 Líp 24 Pro 30 Ensalada Crema de guisantes Escalopín de pollo con champiñones Postre Fruta Pan	30 Kcal 923 Glú 115 Líp 36 Pro 27 snacks Arroz con tomate Croquetas de jamón Postre Lácteo Pan	31 Kcal 845 Glú 113 Líp 30 Pro 25 Ensalada Lacitos napolitana Fritura malagueña Postre Fruta Pan

RECOMENDACIONES DE CENA

Dietistas-Nutricionistas: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
 Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Alérgenos: 1.Gluten 2.F.Cáscara 3.Crustáceos 4.Huevo 5.Pescado 6.Cacahuets 7.Soja 8.Lech 9.Apio 10.Mustaza 11.Sésamo 12.Sulfitos 13.Altramuces 14.Moluscos

COMIDA CENA



Dilluns

Dimarts

CUINA CENTRAL

Juliol 2026

Menú Basal

Dimecres

Dijous

Divendres

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

		1 Kcal 763 Glú 103 Lip 26 Pro 24 Amanida Crema de llegums i carabasseta ECO Lluç orly Postre Lacti Pa integral	2 Kcal 778 Glú 105 Lip 25 Pro 28 Amanida Paella valenciana Pit de titot i formatge manxec Postre Fruita Pa	3 Kcal 801 Glú 103 Lip 27 Pro 32 Crostons Potatge de cigrons Truita de creïlla i carabasseta Postre Fruita Pa
6 Kcal 762 Glú 98 Lip 28 Pro 24 Amanida Llentilles amb verdures ECO Varettes de lluç Postre Fruita Pa	7 Kcal 798 Glú 112 Lip 24 Pro 29 Amanida Espirals amb ceba, tonyina i tomata Truita francesa Postre Fruita Pa	8 FESTIU	9 Kcal 809 Glú 106 Lip 27 Pro 30 Amanida Arròs al forn Pernil de titot i formatge Postre Fruita Pa	10 Kcal 775 Glú 94 Lip 26 Pro 35 Crostons Crema Vichyssoise Llom adobat al forn amb tomata Postre Lacti Pa
13 Kcal 853 Glú 115 Lip 31 Pro 23 Amanida Macarrons sorrentina Nuggets de pollastre Postre Fruita Pa	14 Kcal 707 Glú 105 Lip 22 Pro 17 Amanida Crema d'hortalisses i verdures Hamburguesa de coliflor i sèsam Postre Lacti Pa	15 Kcal 730 Glú 98 Lip 24 Pro 27 Snacks Amanida alemanya de creïlla Pollastre al forn a la poma Postre Fruita Pa integral	16 Kcal 847 Glú 108 Lip 28 Pro 34 Amanida Arròs amb tomata Llonganisses al forn Postre Fruita Pa	17 Kcal 793 Glú 104 Lip 29 Pro 22 Amanida Guisat mariner de mandonguilles Truita de creïlla i ceba Postre Fruita Pa
20 Kcal 849 Glú 113 Lip 29 Pro 29 Amanida Colzets amb tomata i orenga Lluç a la romana Postre Fruita Pa	21 Kcal 775 Glú 101 Lip 27 Pro 28 Amanida Potatge de cigrons amb espinacs Truita de creïlla i ceba Postre Gelatina Pa	22 Kcal 735 Glú 96 Lip 23 Pro 32 Amanida Crema de llegums Pollastre a la caçadora Postre Fruita Pa integral	23 Kcal 764 Glú 105 Lip 24 Pro 27 Amanida Arròs a banda Pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa	24 Kcal 847 Glú 105 Lip 29 Pro 35 Snacks Amanida d'espirals amb tonyina Hamburguesa mixta Postre Lacti Pa
27 Kcal 724 Glú 102 Lip 24 Pro 20 Amanida Llentilles amb verdures Nuggets de bròcoli al forn Postre Fruita Pa	28 Kcal 830 Glú 111 Lip 29 Pro 26 Amanida Macarrons bolonyesa Capritxos de calamar Postre Fruita Pa	29 Kcal 740 Glú 96 Lip 24 Pro 30 Amanida Crema de pèsols Escalopí de pollastre amb xampinyons Postre Fruita Pa	30 Kcal 923 Glú 115 Lip 36 Pro 27 Snacks Arròs amb tomata Croquetes de pernil Postre Lacti Pa	31 Kcal 845 Glú 113 Lip 30 Pro 25 Amanida Llacets napolitana Fregitel la malaguenya Postre Fruita Pa

RECOMANACIONS DE SOPAR

Dietistes-Nutricionistes: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
 Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Al.lèrgens: 1.Gluten 2.Fruits Secs 3.Crustacis 4.Ou 5.Peix 6.Cacaüets 7.Soja 8.Llet 9.Api 10.Mostassa 11.Sèsam 12.Sulfits 13.Tramussos 14.Mol.luscós

DINAR SOPAR