



# COCINA CENTRAL

## MAYO 2014

### Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 **Entrante** Lechuga, zanahoria y tomate  
 1° Crema de legumbres  
 2° Lomo al horno con tomate  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 851 Glu 66 Lip 41 Pro 47  
**Cena** Emperador con ensalada

6 **Entrante** Lechuga, espárragos y tomate  
 1° Guisado de albóndigas  
 2° Tortilla de calabacín  
**Postre** Yogur **Pan**  
 Kcal 806 Glu 67 Lip 40 Pro 38  
**Cena** Verduras con cuscús y sardinas

7 **Entrante** Lechuga, tomate y maíz  
 1° Sopa de ave  
 2° Pollo al limón con chips  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 630 Glu 56 Lip 34 Pro 20  
**Cena** Menestra de verduras gratinada

1  
 FESTIVO  
 8 **Entrante** Lechuga, tomate y aceitunas  
 1° Arroz a banda con allioli  
 2° Surtido de fiambres  
**Postre** Helado **Pan**  
 Kcal 771 Glu 90 Lip 33 Pro 25  
**Cena** Gambas salteadas con verdura

2 **Entrante** Lechuga, tomate y maíz  
 1° Arroz a la cubana  
 2° Empanadillas de atún  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 878 Glu 84 Lip 50 Pro 18  
**Cena** Hervido y pechuga plancha

12 **Entrante** Lechuga, tomate y maíz  
 1° Lentejas estofadas  
 2° Merluza a la vizcaína  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 761 Glu 65 Lip 38 Pro 30  
**Cena** Hervido valenciano y pollo

13 **Entrante** Lechuga, zanahoria y tomate  
 1° Tallarines con atún  
 2° Burguer de ave con ketchup  
**Postre** Natillas **Pan**  
 Kcal 773 Glu 80 Lip 33 Pro 40  
**Cena** Tortilla de espárragos y ensalada

14 **Entrante** Lechuga, tomate y pipas  
 1° Arroz al horno  
 2° Jamón york y queso  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 986 Glu 76 Lip 62 Pro 24  
**Cena** Ternera con pimiento verde

15 **Entrante** Lechuga, espárragos y tomate  
 1° Crema parmentier  
 2° Pollo al ajillo  
**Postre** Yogur **Pan**  
 Kcal 589 Glu 46 Lip 30 Pro 28  
**Cena** Merluza con menestra

16 **Entrante** Lechuga, tomate y aceitunas  
 1° Potaje de garbanzos  
 2° Croquetas de bacalao  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 811 Glu 82 Lip 39 Pro 26  
**Cena** Conejo en salsa de tomate

19 **Entrante** Lechuga, tomate y frutos secos  
 1° Sopa de lluvia  
 2° Halibut en salsa marinera  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 766 Glu 72 Lip 40 Pro 23  
**Cena** Chuletas de pavo y espárragos

20 **Entrante** Lechuga, zanahoria y tomate  
 1° Espaguetis sicilianos  
 2° Longanizas con chips  
**Postre** Yogur **Pan**  
 Kcal 999 Glu 78 Lip 69 Pro 40  
**Cena** Filete de perca romana y ensalada

21 **Entrante** Lechuga, maíz y tomate  
 1° Patatas riojanas  
 2° Pizza de atún  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 909 Glu 90 Lip 46 Pro 28  
**Cena** Berenjenas rellenas de carne

22 **Entrante** Lechuga, tomate y espárragos  
 1° Arroz rossejat  
 2° Surtido de fiambres  
**Postre** Helado **Pan**  
 Kcal 811 Glu 69 Lip 45 Pro 29  
**Cena** Sopa de verduras y atún plancha

23 **Entrante** Lechuga, tomate y soja  
 1° Macarrones napolitana  
 2° Pechuga a la romana  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 771 Glu 74 Lip 36 Pro 32  
**Cena** Ensalada con queso fresco

26 **Entrante** Lechuga, zanahoria y tomate  
 1° Fideuá gandiense  
 2° Rabas calamar con mayones  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 813 Glu 81 Lip 36 Pro 37  
**Cena** Verduras salteadas con arroz

27 **Entrante** Lechuga, tomate y espárragos  
 1° Cazuela garbanzos y verdura  
 2° Tortilla de espinacas  
**Postre** Helado **Pan**  
 Kcal 703 Glu 60 Lip 37 Pro 27  
**Cena** Hamburguesa de pollo con pisto

28 **Entrante** Lechuga, tomate y maíz  
 1° Tallarines con atún  
 2° Merluza del cabo a la romana  
**Postre** Fruta **Pan**  
 Kcal 839 Glu 91 Lip 37 Pro 28  
**Cena** Lomo al horno con patatas

29 **Entrante** Lechuga, tomate y frutos secos  
 1° Sopa casera de cocido  
 2° Pollo con salsa demiglaze  
**Postre** Actimel **Pan**  
 Kcal 714 Glu 52 Lip 45 Pro 22  
**Cena** Boquerones romana y ensalada

30 **Entrante** Ensalada tropical  
 1° Paella valenciana  
 2° Surtido de fiambres  
**Postre** Especial **Pan**  
 Kcal 962 Glu 101 Lip 48 Pro 30  
**Cena** Sopa de verduras y salmón



902 103 478 Atención al cliente



www.tamarcolectividades.com