



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Febrero 2024

No legumbres

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

			1 Tosta con tomate Arroz "rossejat de Sant Blai" Jamón york y quesitos Postre Fruta Pan	2 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Crema de verduras y hortalizas ECO Pollo al horno Postre Fruta Pan
5 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Coditos con tomate, cebolla y atún Merluza a la vizcaina con pimiento rojo Postre Fruta Pan	6 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Guisado de verduras y patatas Tortilla de patata y calabacín Postre Fruta Pan	7 Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave con lluvia Pollo al horno con patatas Postre Fruta Pan integral	8 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Arroz a banda Surtido de fiambre Postre Fruta Pan	9 JORNADA GASTRONÓMICA Guisado de pavo con verduras Pollo plancha con verduras Postre Lácteo Pan
12 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Guisado de pavo con verduras Hamburguesa de coliflor y sésamo Postre Fruta Pan	13 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Macarrones integrales napolitana Bacalao al horno a la gallega Postre Fruta Pan	14 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Sopa de cocido Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	15 Tosta con aceite Arroz al horno Jamón york y queso Postre Lácteo Pan	16 Lechuga, tomate, maíz y naranja Crema de verduras Pollo a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan
19 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Macarrones boloñesa Filete de merluza en salsa mery Postre Fruta Pan	20 Espinaca baby, tomate y zanahoria Guisado de magritos y verduras Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta Pan	21 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Crema de calabaza y zanahoria Pollo al horno Postre Lácteo Pan integral	22 Iceberg, canónigos y maíz Paella valenciana Jamón york y queso manchego Postre Fruta Pan	23 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Patatas marineras Nuggets de brócoli Postre Fruta Pan
26 Lechuga, tomate, maíz y manzana Sopa de pescado con lluvia Pollo plancha con patatas Postre Fruta Pan	27 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Guisado de pavo con verduras Tortilla francesa con queso Postre Fruta Pan	28 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Espirales con atún Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	29 Tosta con tomate Arroz a la cubana Tortilla de cebolla Postre Lácteo Pan	

RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA