



Lunes

Martes

CRA EL SABINAR

Febrero 2024

No lactosa

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

			1 Tosta con tomate Ensalada completa Arroz "rossejat de Sant Blai" con garbanzos Postre Fruta Pan	2 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Crema de legumbres y hortalizas ECO Pollo al horno Postre Fruta Pan
5 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Coditos con tomate, cebolla y atún Merluza a la vizcaína con pimiento rojo Postre Fruta Pan	6 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Guisado de albóndigas con guisantes y patatas Tortilla de 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 Tosta de humus Ensalada completa valenciana Arroz a banda Postre Fruta Pan	9 JORNADA GASTRONÓMICA Potaje de garbanzos con zanahoria ECO Panini con tomate y orégano Postre Lacteo sin lactosa Pan
12 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Lentejas juliana con zanahoria ECO Hamburguesa vegetal 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 tomate Ensalada mediterranea Arroz al horno con garbanzos Postre Lacteo sin lactosa Pan	16 Lechuga, tomate, maíz y naranja Crema de verduras y legumbres Pollo a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan
19 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Macarrones boloñesa de lentejas Filete de merluza en salsa mery Postre Fruta Pan	20 Espinaca baby, tomate y zanahoria Olleta de alubias Tortilla de patata y cebolla Postre Lacteo sin lactosa Pan	21 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Crema de calabaza y zanahoria Pollo al horno Postre Fruta Pan integral	22 Iceberg, canónigos y maíz Paella valenciana con bajoqueta y garrofón Pechuga de pavo y pavo Postre Fruta Pan	23 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Patatas marineras Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan
26 Lechuga, tomate, maíz y manzana Sopa de pescado con lluvia Pollo plancha Postre Fruta Pan	27 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Potaje de garbanzos con acelgas ECO Tortilla francesa Postre Fruta Pan	28 Lechuga, tomate, zanahoria y maíz Espaguetis con atún Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan	29 Espinaca baby, tomate y zanahoria Arroz a la cubana Longanizas de magro al horno Postre Lacteo sin lactosa Pan	

RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA