



COCINA CENTRAL

Diciembre 2025

Menú Sin Proteína Vaca

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, pepino
Coditos con tomate y cebolla
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce
Postre Fruta **Pan**

2

Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Olletas de alubias pintas con hortalizas ECO
Tortilla francesa
Postre Fruta **Pan**

3

Mezclum, tomate, remolacha y maíz
Sopa de pescado con estrellitas
Pollo al horno con romero, limón y patatas
Postre Fruta **Pan integral**

4

Arroz marinero de calamar con verduras
Fiambre y queso vegano
Postre Fruta **Pan**

5

Lechuga, tomate, pepino
Crema de lentejas y zanahoria ECO
Albóndigas de bacalao
Postre Fruta ECO **Pan integral**

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate y pepino
Macarrones integrales con tomate y cebolla
Merluza al horno
Postre Fruta **Pan**

10

Lechuga, tomate, zanahoria
Sopa de cocido con lluvia
Albóndigas vegetales con pisto
Postre Fruta ECO **Pan integral**

11

Arroz al horno de verduras
Fiambre y queso vegano
Postre Sin leche **Pan**

12

Lechuga, tomate, remolacha
Lentejas hortelana
Tortilla de patata y espinacas
Postre Fruta **Pan integral**

15

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Espirales con atún y tomate
Merluza al horno
Postre Fruta **Pan**

16

Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas
Potaje de garbanzos con zanahoria ECO
Tortilla de patata y cebolla
Postre Fruta **Pan**

17

Mezclum, tomate, espárragos y maíz
Arroz de verduras
Merluza al horno
Postre Gelatina **Pan integral**

18

Lechuga, cebolleta, tomate y pepino
Sopa de ave con garbanzos
Albóndigas vegetales
Postre Fruta **Pan**

19

Lechuga, tomate, maíz
Crema de calabaza y manzana
Alitas de pollo a la barbacoa
Postre Fruta **Pan integral**

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de Navidad
Chuleta de pavo al ajillo con chips
Postre Sin leche **Pan**

23

Lechuga, tomate, aceitunas y espárragos
Coditos napolitana
Merluza al vapor
Postre Fruta **Pan**

24

NO LECTIVO

25

FESTIVO

26

Lechuga, tomate, zanahoria y cebolleta
Crema de calabacín
Merluza al vapor
Postre Sin leche **Pan**

29

Lechuga, tomate, zanahoria y espárragos
Lentejas con verduras
Merluza al vapor
Postre Fruta **Pan**

30

Mezclum, tomate, remolacha y cebolleta
Arroz con tomate
Tortilla francesa
Postre Fruta **Pan**

31

NO LECTIVO