



# COCINA CENTRAL

## Diciembre 2025

### Menú Sin Cerdo

# 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 con queso  
**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

Tosta con humus  
Arroz marinero de calamar con verduras  
Jamón de pavo y queso  
**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  
Empanadillas de bonito  
**Postre** Fruta **Pan**

10

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

11

Tosta de tomate  
Arroz al horno de verduras  
Fiambre de pavo y quesitos  
**Postre** Lácteo **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  
Varitas de salmón 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  
Nuggets de brócoli  
**Postre** Gelatina **Pan integral**

18

Lechuga, cebolleta, tomate y pepino  
Sopa de ave con garbanzos  
Albóndigas vegetales con aros de cebolla  
**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** Lácteo especial **Pan**

23

Lechuga, tomate, aceitunas y espárragos  
Coditos napolitana  
Rodaja de merluza orly  
**Postre** Fruta **Pan**

24

NO LECTIVO

25

FESTIVO

26

Lechuga, tomate, zanahoria y cebolleta  
Crema de calabacín  
Hamburguesa de coliflor  
**Postre** Lácteo **Pan**

29

Lechuga, tomate, zanahoria y espárragos  
Lentejas con verduras  
Varitas de merluza  
**Postre** Fruta **Pan**

30

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

31

NO LECTIVO