



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Diciembre 2025

Menú Sin hidratos

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

1

Lechuga, tomate, pepino
Berenjenas asadas
Ventresca de merluza a la gallega al vapor

Postre Fruta

2

Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Olletas de alubias pintas con hortalizas ECO
Tortilla francesa con queso

Postre Fruta

3

Mezclum, tomate, remolacha y maíz
Verduras asadas
Pollo al horno con romero y limón

Postre Fruta

4

Coliflor al vapor
Jamón de pavo y queso fresco

Postre Fruta

5

Lechuga, tomate, pepino
Puré de lentejas, puerro y zanahoria
Albóndigas a la jardinera con zanahoria y guisantes

Postre Fruta ECO

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate y pepino
Brócoli al vapor
Merluza al horno

Postre Fruta

10

Lechuga, tomate, zanahoria
Parrillada de verduras
Lomo adobado al horno

Postre Fruta ECO

11

Espinacas con frutos secos
Jamón york y queso fresco

Postre Lácteo

12

Lechuga, tomate, remolacha
Lentejas hortelana
Tortilla francesa

Postre Fruta

15

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Coliflor al vapor
Merluza al horno

Postre Fruta

16

Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas
Potaje de garbanzos con zanahoria ECO
Tortilla francesa

Postre Fruta

17

Mezclum, tomate, espárragos y maíz
Brócoli al vapor
Merluza al horno

Postre Gelatina

18

Lechuga, cebolleta, tomate y pepino
Berenjenas asadas
Hamburguesa mixta

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, maíz
Verduras asadas
Muslo de pollo al horno

Postre Fruta

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Calabacines rellenos
Chuleta de pavo al ajillo

Postre Lácteo especial

23

24

NO LECTIVO

25

FESTIVO

26

29

30

31

NO LECTIVO