



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Mayo 2026

Menú Sin Hidratos

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1

FESTIVO

4

Lechuga, tomate, maíz y aceitunas
Berenjenas con atún

Merluza al vapor

Postre Fruta ECO

5

Lechuga, tomate, pepino
Menestra de verduras

Tortilla de cebolla

Postre Fruta

6

Lechuga, tomate, zanahoria
Calabacines asados

Pollo al horno con champiñones

Postre Fruta

7

Ensalada completa Mediterránea

Merluza al horno

Postre Fruta ECO

8

Lechuga, tomate, remolacha y maíz
Potaje de garbanzos con hortalizas ECO

Abadejo al vapor

Postre Fruta

11

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas juliana con verduras ECO

Tortilla francesa y queso

Postre Fruta

12

Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas
Berenjenas sorrentina

Ventresca merluza al vapor

Postre Fruta ECO

13

Mezclum, tomate, espárragos y maíz
Brócoli al vapor

Pollo al horno

Postre Fruta

14

Ensalada de carlota, escarola y garbanzos

Merluza al vapor

Postre Fruta

15

Lechuga, tomate, maíz
Tritu de alubias, cebolla y zanahoria

Lomo al pimentón

Postre Lácteo

18

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Berenjenas rellenas c tomate,cebolla,atún

Hamburguesa mixta

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, espárragos y aceitunas
Lentejas con verduras

Tortilla francesa

Postre Fruta

20

Lechuga, tomate, pepino
Parrillada de verduras con champiñones

Muslo de pollo al horno a las finas hierbas

Postre Fruta ECO

21

Judías verdes con jamón

Fiambre de pavo y queso fresco

Postre Lácteo

22

Lechuga, tomate, zanahoria y cebolleta
Potaje de garbanzos

Longanizas de magro al horno

Postre Fruta

25

JORNADA GASTRONÓMICA ITALIA
Berenjenas al pesto genovese e funghi

Huevos en purgatorio

Postre Helado

26

Ensalada d alubia c tomate,atún,aceituna

Pollo a la piña

Postre Fruta

27

Lechuga, tomate, espárragos y maíz
Menestra de verduras

Hamburguesa mixta

Postre Fruta ECO

28

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Parrillada de verduras

Filete de merluza en salsa mery

Postre Fruta

29

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Lentejas con hortalizas ECO

Tortilla de cebolla

Postre Fruta