



# CEE LA ENCARNACIÓN -TORRENT

Noviembre 2024  
No carne, marisco

**Tamar**  
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

				1
				FESTIVO
<b>4</b> Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz Sopa de verduras con lluvia  Legumbres salteadas con cebolla y ajitos  Postre Fruta Pan	<b>5</b> Lechuga, tomate, maíz y espárragos Potaje de garbanzos  Tortilla francesa  Postre Fruta Pan	<b>6</b> Tosta de tomate y aceite Ensalada mediterranea  Arroz al horno de verduras  Postre Fruta ECO Pan integral	<b>7</b> Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Crema de legumbres y zanahoria ECO  Tortilla de patata y cebolla  Postre Lacteo Pan	<b>8</b> Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis con cebolla, tomate y orégano  Parrillada de verduras con queso  Postre Fruta Pan
<b>11</b> Lechuga, tomate, olivas y remolacha Guisado de verduras con guisantes  Panini con tomate y queso  Postre Fruta Pan	<b>12</b> Lechuga, tomate, remolacha y espárragos Macarrones Integrales / tomate, cebolla y queso  Cuscús con tomate y huevo  Postre Fruta Pan	<b>13</b> Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Lentejas juliana con hortalizas ECO  Tortilla de patata y cebolla  Postre Fruta Pan integral	<b>14</b> Tosta de humus de garbanzos Paella de verduras con alcachofas  Rollito de queso  Postre Fruta Pan	<b>15</b> Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Crema de hortalizas ECO  Quinoa con garbanzos y cebolla  Postre Fruta Pan
<b>18</b> Lechuga, tomate, olivas y remolacha Coditos a la boloñesa vegetal  Nuggets de brócoli al horno  Postre Fruta Pan	<b>19</b> JORNADA JURASICA Crema de calabaza y zanahoria al curry  Garbanzos con tomate y queso  Postre Fruta Pan	<b>20</b> Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Fabada vegetal  Tortilla de espinacas  Postre Fruta Pan integral	<b>21</b> Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Paella de coliflor y verduras  Queso manchego  Postre Fruta Pan	<b>22</b> Lechuga, tomate, queso y maíz Patatas con verduras  Cuscús con tomate y huevo  Postre Lacteo Pan
<b>25</b> Lechuga, tomate, remolacha y espárragos Espirales a la sorrentina  Alubias con cebolla, calabacín y ajitos  Postre Fruta Pan	<b>26</b> Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Potaje de garbanzos con hortalizas ECO  Tortilla de calabacín  Postre Fruta Pan	<b>27</b> Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Sopa de verduras con fideos  Parrillada de verduras con queso  Postre Fruta Pan integral	<b>28</b> Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Arroz en fesols i naps de verduras  Nuggets de brócoli al horno  Postre Lacteo Pan	<b>29</b> Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Lentejas juliana con hortalizas ECO  Tortilla de patata y cebolla  Postre Fruta Pan

## RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA

CENA