



| LUNES |   | MARTES |   | MIÉRCOLES |   | JUEVES |  | VIERNES |   |    |   |    |   |    |  |    |  |    |  |    |   |    |   |    |  |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |  |  |  |  |
|-------|---|--------|---|-----------|---|--------|--|---------|---|----|---|----|---|----|--|----|--|----|--|----|---|----|---|----|--|----|--|----|---|----|---|----|---|----|--|--|--|--|--|
| 1     |   | 2      |   | 3         |   | 4      |  | 5       |   |    |   |    |   |    |  |    |  |    |  |    |   |    |   |    |  |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |  |  |  |  |
| 8     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada Mendoza<br/>Arroz blanco con tomate<br/>Tortilla de atún 🍷🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 737.4 HC: 97.9 P: 19.9 G: 28.9</p>                             | 9      | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mixta<br/>Crema de legumbres 🍷<br/>Pollo guisado con cebolla<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 783.7 HC: 94.6 P: 33.1 G: 29.6</p>                                    | 10        | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Pasta al pesto 🍷🐟<br/>Pescado al horno con salsa de tomate natural 🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 771.3 HC: 98.2 P: 28.2 G: 27.6</p> | 11     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de calabaza y queso 🍷<br/>Sopa de pescado de la lonja vilera 🐟🍷🍏🍎<br/>Albóndigas con salsa jardinera 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 844.9 HC: 91 P: 35.7 G: 36.9</p> | 12      | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de invierno<br/>Lentejas con acelgas 🍷<br/>Buñuelos de bacalao 🐟🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 775.5 HC: 90.9 P: 35.9 G: 29.1</p> | 15 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada valenciana<br/>Guisado de verduras y patatas 🍷<br/>Pollo en salsa 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 797.5 HC: 98.6 P: 33.2 G: 29.2</p>                     | 16 | <p><b>DÍA INTERNACIONAL DE LA CROQUETA</b></p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de pasta viajera 🍷🍏🍎<br/>Croquetas del mundo 🍷🍏🍎<br/>Natillas deliciosas 🍷</p> <p>E: 777.6 HC: 97.2 P: 27.4 G: 30.2</p> | 17 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Sopa de cocido 🍷🐟<br/>Complemento de cocido con pelota 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 750.9 HC: 90.7 P: 31.2 G: 28.5</p>   | 18 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mixta<br/>Cremas de calabaza ecológica 🍷🌿<br/>Pescado a la andaluza 🐟🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 722.6 HC: 92.7 P: 22.2 G: 28.5</p>               | 19 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada Mendoza<br/>Fabada 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pollo 🍷🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 776.2 HC: 94.2 P: 37.2 G: 27.1</p> | 22 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Sopa de fideos 🍷🐟<br/>Calamar en salsa con patatas 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 735.6 HC: 91.8 P: 26.2 G: 28.8</p>                | 23 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada valenciana<br/>Arroz caldoso con alubias y nabo<br/>Hamburguesa con cebolla caramelizada 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 760.2 HC: 97.1 P: 23.1 G: 30.4</p>  | 24 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada marinera 🐟<br/>Crema de zanahoria 🍷<br/>Pollo al horno con champiñones<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 757.7 HC: 85 P: 35.3 G: 30</p>     | 25 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada completa con huevo duro y pasas 🍷<br/>Fideuá de pescado<br/>de la lonja vilera 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 797.8 HC: 101.1 P: 30.9 G: 29.6</p> | 26 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de invierno<br/>Olleta alcoyana 🍷<br/>Tortilla de queso 🍷🍏🍎<br/>Yogur artesano 🍷🌿</p> <p>E: 764.2 HC: 85.2 P: 34.6 G: 30.9</p> | 29 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de calabaza y queso 🍷<br/>Crema de verduras 🍷<br/>Cinta de lomo con salsa de verduras 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 761.3 HC: 86.5 P: 32.5 G: 31.1</p> | 30 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Tiburones a la boloñesa 🍷<br/>Pescado al horno con salsa verde y guisantes 🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 723.3 HC: 91.9 P: 27.9 G: 26.4</p> | 31 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Lentejas con acelgas 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pavo 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 740.7 HC: 87.5 P: 33.4 G: 27.8</p> |  |  |  |  |
| 15    | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada valenciana<br/>Guisado de verduras y patatas 🍷<br/>Pollo en salsa 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 797.5 HC: 98.6 P: 33.2 G: 29.2</p>                     | 16     | <p><b>DÍA INTERNACIONAL DE LA CROQUETA</b></p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de pasta viajera 🍷🍏🍎<br/>Croquetas del mundo 🍷🍏🍎<br/>Natillas deliciosas 🍷</p> <p>E: 777.6 HC: 97.2 P: 27.4 G: 30.2</p> | 17        | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Sopa de cocido 🍷🐟<br/>Complemento de cocido con pelota 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 750.9 HC: 90.7 P: 31.2 G: 28.5</p>                  | 18     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mixta<br/>Cremas de calabaza ecológica 🍷🌿<br/>Pescado a la andaluza 🐟🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 722.6 HC: 92.7 P: 22.2 G: 28.5</p>                               | 19      | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada Mendoza<br/>Fabada 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pollo 🍷🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 776.2 HC: 94.2 P: 37.2 G: 27.1</p>          | 22 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Sopa de fideos 🍷🐟<br/>Calamar en salsa con patatas 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 735.6 HC: 91.8 P: 26.2 G: 28.8</p>                | 23 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada valenciana<br/>Arroz caldoso con alubias y nabo<br/>Hamburguesa con cebolla caramelizada 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 760.2 HC: 97.1 P: 23.1 G: 30.4</p>    | 24 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada marinera 🐟<br/>Crema de zanahoria 🍷<br/>Pollo al horno con champiñones<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 757.7 HC: 85 P: 35.3 G: 30</p>     | 25 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada completa con huevo duro y pasas 🍷<br/>Fideuá de pescado<br/>de la lonja vilera 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 797.8 HC: 101.1 P: 30.9 G: 29.6</p> | 26 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de invierno<br/>Olleta alcoyana 🍷<br/>Tortilla de queso 🍷🍏🍎<br/>Yogur artesano 🍷🌿</p> <p>E: 764.2 HC: 85.2 P: 34.6 G: 30.9</p>  | 29 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de calabaza y queso 🍷<br/>Crema de verduras 🍷<br/>Cinta de lomo con salsa de verduras 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 761.3 HC: 86.5 P: 32.5 G: 31.1</p> | 30 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Tiburones a la boloñesa 🍷<br/>Pescado al horno con salsa verde y guisantes 🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 723.3 HC: 91.9 P: 27.9 G: 26.4</p> | 31 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Lentejas con acelgas 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pavo 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 740.7 HC: 87.5 P: 33.4 G: 27.8</p> |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |  |  |  |  |
| 22    | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Sopa de fideos 🍷🐟<br/>Calamar en salsa con patatas 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 735.6 HC: 91.8 P: 26.2 G: 28.8</p>                | 23     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada valenciana<br/>Arroz caldoso con alubias y nabo<br/>Hamburguesa con cebolla caramelizada 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 760.2 HC: 97.1 P: 23.1 G: 30.4</p>    | 24        | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada marinera 🐟<br/>Crema de zanahoria 🍷<br/>Pollo al horno con champiñones<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 757.7 HC: 85 P: 35.3 G: 30</p>                    | 25     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada completa con huevo duro y pasas 🍷<br/>Fideuá de pescado<br/>de la lonja vilera 🐟🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 797.8 HC: 101.1 P: 30.9 G: 29.6</p>                 | 26      | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de invierno<br/>Olleta alcoyana 🍷<br/>Tortilla de queso 🍷🍏🍎<br/>Yogur artesano 🍷🌿</p> <p>E: 764.2 HC: 85.2 P: 34.6 G: 30.9</p>           | 29 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de calabaza y queso 🍷<br/>Crema de verduras 🍷<br/>Cinta de lomo con salsa de verduras 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 761.3 HC: 86.5 P: 32.5 G: 31.1</p> | 30 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Tiburones a la boloñesa 🍷<br/>Pescado al horno con salsa verde y guisantes 🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 723.3 HC: 91.9 P: 27.9 G: 26.4</p>   | 31 | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Lentejas con acelgas 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pavo 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 740.7 HC: 87.5 P: 33.4 G: 27.8</p> |    |  |    |  |    |   |    |   |    |  |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |  |  |  |  |
| 29    | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada de calabaza y queso 🍷<br/>Crema de verduras 🍷<br/>Cinta de lomo con salsa de verduras 🍷<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 761.3 HC: 86.5 P: 32.5 G: 31.1</p> | 30     | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada mediterránea<br/>Tiburones a la boloñesa 🍷<br/>Pescado al horno con salsa verde y guisantes 🐟<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 723.3 HC: 91.9 P: 27.9 G: 26.4</p>   | 31        | <p><b>COMIDA</b></p> <p>Ensalada campera<br/>Lentejas con acelgas 🍷<br/>Tortilla de pechuga de pavo 🍷🍏🍎<br/>Fruta de temporada 🍏🍎</p> <p>E: 740.7 HC: 87.5 P: 33.4 G: 27.8</p>                |        |  |         |   |    |   |    |   |    |  |    |  |    |  |    |   |    |   |    |  |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |  |  |  |  |

# GENER ENERO

## \*PROPOSTA DE SOPARS / \*PROPUESTA CENAS

| LUNES / DILLUNS / MONDAY  | MARTES / DIMARTS / TUESDAY   | MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY  | JUEVES / DIJOURS / THURSDAY  | VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY  |
|---|--|---|--|---|
| 1   | 2  | 3   | 4  | 5   |
| <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Amanida.<br>Guisat de rap amb creïlla.<br>Fruita.<br>Ensalada.<br>Guiso de rape con patata.<br>Fruta.                           | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Sopa de fideus.<br>Truita amb carxofa.<br>logurt.<br>Sopa de fideus.<br>Tortilla con alcachofa.<br>Yogur.    | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Cols de brusel·les.<br>Pit de titot amb arròs.<br>Fruita.<br>Coles de Bruselas.<br>Pechuga de pavo con arroz.<br>Fruta. | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Bledes saltades amb allet.<br>Salmó amb creïlla.<br>Fruita.<br>Acelgas salteadas con ajo.<br>Salmón con patata.<br>Fruta.  | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Amanida amb formatge fresc.<br>Remenat d'espàrrecs i gambetes.<br>Fruita.<br>Ensalada con queso fresco.<br>Revuelto de espárragos con gambas.<br>Fruta. |
| <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Coques de dacsa amb verdura saltada.<br>Peix blanc. logurt.<br>Tortitas de maíz con verdura salteada.<br>Pescado blanco. Yogur. | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Crema de carabassí amb ou poché.<br>Fruita.<br>Crema de calabacín con huevo poché.<br>Fruta.                 | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Amanida amb crostons de pa.<br>Vedat.<br>Fruita.<br>Ensalada con picatostes.<br>Caballa.<br>Fruta.                      | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Cigrons amb saltejat de daus de titot i hortalisses.<br>logurt<br>Garbanzos salteados con dados de pavo y hortalizas.<br>Yogur.                                    | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Carxofes torrades.<br>Llom.<br>Fruita.<br>Alcachofas asadas.<br>Lomo.<br>Fruta.   |
| <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Quinoa amb alvocat, cherry i tonyina.<br>logurt amb pipes.<br>Quinoa con aguacate, cherry y atún.<br>Yogur con pipas.           | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Llentilles amb cebeta i cartota. Truita.<br>Fruita.<br>Lentejas con cebolla y zanahoria. Tortilla.<br>Fruta. | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Arròs amb xampinyons.<br>Filet d'abadejo.<br>Fruita.<br>Arroz con champiñones.<br>Filete de bacalao.<br>Fruta.          | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Sticks de moniato al forn.<br>Daus de tofu marinat o filet de vedella. Fruita.<br>Sticks de boniato al horno.<br>Dados de tofu marinado o filet de ternera. Fruta. | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Tortetes amb tires de pollastre i pebre de colors.<br>Fruita.<br>Tortitas con tiras de pollo y pimienta de colores.<br>Fruta.                           |
| <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Bròcoli amb bechamel.<br>Truita de creïlla.<br>Fruita.<br>Brócoli con bechamel.<br>Tortilla de patata.<br>Fruita.               | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Porro al forn.<br>Llentilles amb pernil.<br>Fruita.<br>Puerro al horno.<br>Lentejas con jamón.<br>Fruita.    | <b>SOPAR · CENA · DINNER</b><br>Bollit valencià.<br>Sípia a la planxa.<br>Fruita.<br>Hervido valenciano.<br>Sepia a la plancha.<br>Fruta.               |  |   |

El secreto de los días de lluvia es saber musicalizarlos...

El secret dels dies de pluja és saber musicalitzar-los...



mendoza colectividades.com

Polígono Industrial La Alberca, C/ Benimantell 21.  
 03530 La Nucia (Alicante). Fax 96 587 05 12  
 info@mendozacatering.com  
 Atención al cliente: 966 895 061

Descarga tu aplicación para el móvil en:



Mendoza Colectividades

