



# COCINA CENTRAL

Enero 2026

## Menú Dieta Blanda

# Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

|                                                                                |                                                                                 |                                                                     |                                                                                |                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                |                                                                                 |                                                                     | 1                                                                              | 2                                                                       |
|                                                                                |                                                                                 |                                                                     |                                                                                | Hervido de patata y zanahoria<br>Merluza al horno<br>Postre Manzana Pan |
| 5<br>Sémola de arroz<br>Merluza al horno<br>Postre Manzana Pan                 | 6<br>FESTIVO                                                                    | 7<br>Macarrones hervidos<br>Tortilla francesa<br>Postre Manzana Pan | 8<br>Arroz blanco<br>Merluza al vapor<br>Postre Manzana Pan                    | 9<br>Puré de patata<br>Pollo al horno<br>Postre Manzana Pan             |
| 12<br>Hervido de patata y zanahoria<br>Tortilla francesa<br>Postre Manzana Pan | 13<br>Espirales hervidos<br>Ventresca de merluza al vapor<br>Postre Manzana Pan | 14<br>Sémola de arroz<br>Pollo al horno<br>Postre Manzana Pan       | 15<br>Arroz blanco<br>Jamón de pavo<br>Postre Manzana Pan                      | 16<br>Puré de patata<br>Pollo al horno<br>Postre Manzana Pan            |
| 19<br>Macarrones hervidos<br>Filete de pechuga<br>Postre Manzana Pan           | 20<br>Arroz blanco<br>Pollo al horno<br>Postre Manzana Pan                      | 21<br>Puré de patata<br>Merluza al vapor<br>Postre Manzana Pan      | 22<br>Hervido de patata y zanahoria<br>Tortilla francesa<br>Postre Manzana Pan | 23<br>Macarrones hervidos<br>Abadejo al vapor<br>Postre Manzana Pan     |
| 26<br>Espirales hervidos<br>Merluza al vapor<br>Postre Manzana Pan             | 27<br>Hervido de patata y zanahoria<br>Tortilla francesa<br>Postre Manzana Pan  | 28<br>Sémola de arroz<br>Pollo al horno<br>Postre Manzana Pan       | 29<br>Arroz blanco<br>Jamón york<br>Postre Manzana Pan                         | 30<br>Puré de patata<br>Filete de pechuga<br>Postre Manzana Pan         |