



Lunes

Martes

CRA EL SABINAR
Mayo 2024
No pescado

Miércoles

Jueves

Viernes



		1 FESTIVO	2 Pan con tomate Ensalada completa de hoja verde y queso Arroz de verduras Postre Lácteo	3 Lechuga, tomate, soja y zanahoria Lentejas con verduras ECO Pollo plancha con verduras Postre Fruta
6 Lechuga, garbanzos, tomate y pepino Guisado de albóndigas Tortilla francesa Postre Fruta Pan	7 Lechuga, tomate, olivas y maíz Macarrones con tomate y cebolla Solomillo de pollo empanado Postre Fruta ECO Pan	8 Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja Olleta de alubias blancas y hortalizas Pollo a la cazadora Postre Fruta Pan integral	9 Tosta de humus Ensalada valenciana completa Paella valenciana Postre Fruta Pan	10 Lechuga, tomate, maíz y pepino Crema de zanahorias y legumbres Lomo adobado al horno Postre Lácteo Pan
13 Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha Lentejas con arroz integral y zanahoria ECO Nuggets de brócoli al horno Postre Fruta Pan	14 Lechuga, tomate, maíz y espárragos Espaguetis a la boloñesa Tortilla de calabacín Postre Fruta Pan	15 Lechuga, tomate, maíz y pepino Crema de calabacín y hortalizas ECO Pollo al horno con manzana asada Postre Lácteo Pan integral	16 Pan con aceite y orégano Ensalada de alubias, tomate, carlota, escarola Arroz al horno con garbanzos Postre Fruta Pan	17 Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja Guisado de verduras con patatas ECO Panini con tomate y queso Postre Fruta Pan
20 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Macarrones con tomate y cebolla gratinados Pollo plancha Postre Fruta Pan	21 Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja Potaje de garbanzos con verduras Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta Pan	22 Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha Sopa de ave Solomillo de pollo empanado con mahonesa Postre Fruta Pan integral	23 Lechuga, zanahoria, tomate y pepino Paella de verduras Surtido de fiambres Postre Lácteo Pan	24 Lechuga, tomate, olivas y maíz Crema de legumbres y hortalizas ECO Tortilla de calabacín Postre Fruta Pan
27 Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha Lentejas con verduras y hortalizas ECO Pollo plancha Postre Fruta Pan	28 Tosta de humus Ensalada de pasta con huevo Nuggets de brócoli al horno Postre Fruta Pan	29 Mezclum, tomate, zanahoria y brotes de soja Sopa de verduras Pollo a las finas hierbas con patatas Postre Fruta Pan integral	30 Lechuga, tomate, maíz y pepino Arroz a la cubana Pechuga de pavo y queso manchego Postre Fruta Pan	31 Chips de patata Ensalada completa con frutas y legumbres Hamburguesa completa Postre Helado Pan

RECOMENDACIONES DE CENA



☎ 902 103 478 Atención al cliente

🌐 www.tamar.es



COMIDA CENA