



Lunes

Martes

CRA EL SABINAR

Noviembre 2025

No lactosa

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Sopa marinera con estrellitas

Pollo con chips de patata

Postre Fruta **Pan**

10

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Coditos con tomate, cebolla y orégano

Bacalao al horno con cebolla

Postre Fruta **Pan**

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Espaguetis con bacon

Buñuelos de bacalao

Postre Fruta **Pan**

24

Lechuga, tomate, aceitunas y maíz
Lentejas con arroz integral

Tortilla de patata y calabacín

Postre Fruta **Pan**

4

Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Macarrones integrales con tomate y orégano

Merluza a la riojana con pimiento rojo

Postre Fruta **Pan**

11

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de albóndigas con guisantes

Panini con tomate y orégano

Postre Fruta **Pan**

18

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Fabada asturiana

Tortilla de espinacas

Postre Fruta **Pan**

25

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Espirales con tomate, chorizo y orégano

Fogonero a la vizcaína con tomate y pimiento

Postre Fruta **Pan**

5

Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Crema de legumbres y zanahoria ECO

Lomo a la plancha con pisto manchego

Postre Fruta ECO **Pan integral**

12

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Lentejas juliana con hortalizas ECO

Tortilla de patata y cebolla

Postre Fruta **Pan integral**

19

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Crema de calabaza ECO y lentejas al curry

Pollo a la cazadora con champiñones

Postre Fruta **Pan integral**

26

JORNADA GASTRONOMICA VIKINGA
Sopa de pollo con napicol y fideos

Alitas de pollo a la barbacoa con patatas

Postre Fruta **Pan integral**

6

Tosta de tomate y aceite
Ensalada mediterranea con atún

Paella valenciana con bachoqueta y garrofón

Postre Lacteo sin lactosa **Pan**

13

Tosta de humus de garbanzos
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Paella de bacalao y coliflor

Postre Fruta ECO **Pan**

20

Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Arroz a la cubana con huevo

Pechuga de pavo y york

Postre Fruta **Pan**

27

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Arroz al horno

Croquetas de bacalao

Postre Lacteo sin lactosa **Pan**

7

Lechuga, tomate, maíz y espárragos
Potaje de garbanzos con espinacas ECO

Tortilla francesa con pechuga de pavo

Postre Fruta **Pan integral**

14

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de hortalizas ECO y manzanas

Pollo al horno en su jugo con zanahoria baby

Postre Fruta **Pan integral**

21

Lechuga, tomate y remolacha
Patatas a la riojana

Merluza al horno con maíz salteado

Postre Lacteo sin lactosa **Pan integral**

28

Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Potaje de garbanzos con hortalizas ECO

Longanizas de magro al horno con chips

Postre Fruta **Pan integral**