



DICIEMBRE 2025



Lunes - Monday

1

Pasta **integral** a la napolitana
Tortilla **a la francesa** con ensalada de lechuga, maíz y tomate
Naranja

Martes - Tuesday

2 **PROTEÍNA VEGETAL**

Crema de calabacín y puerro
Hamburguesa de garbanzos con patatas fritas
Yogur natural sin azúcar

Miércoles - Wednesday

3

Arroz tres delicias **s/jamón dulce**
Salchichas veganas con calabacín al horno
Macedonia

Jueves - Thursday

4

Crema de calabaza
Lentejas salteadas con verduras
Mandarina

Viernes - Friday

5

Guisantes con patata y cebolla
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Manzana

8

Festivo

9

Arroz con tomate
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento rojo y zanahoria
Yogur natural sin azúcar

10

Coliflor, brócoli y patata
Alubias con pisto de verduras
Manzana

11

Fideos a la cazuela **s/carne y con caldo vegetal**
Tortilla de calabacín con verdura asada
Macedonia

12

Verduras salteadas de temporada con patata
Hamburguesa vegana con calabacín al horno
Naranja

15

Sopa de verduras con fideos
Albóndigas veganas a la jardinera
Plátano

16

Judías verdes con dados de patata y aceite
Garbanzos estofados con espinacas
Yogur natural sin azúcar

17

Paella de verduras
Tortilla de calabacín con ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas
Macedonia

18

Menestra de verduras
Pasta de lentejas con salsa de tomate y queso
Naranja

19

Crema de verduras
Pizza **cuatro quesos**
Fruta de temporada

22 al 31

Vacaciones de Navidad

La declaración de alérgenos, conforme al Reglamento (UE) N° 1169/2011 sobre la información proporcionada al consumidor, está disponible en la Dirección del Centro.

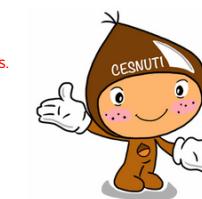
Se servirán frutas variadas y de temporada.

Se ofrece agua en todas las comidas para asegurar una correcta hidratación.

Todos los platos se cocinan con aceite de oliva.

Es obligatorio consultar siempre las etiquetas del proveedor para asegurar que no contiene carne ni pescado o posibles trazas.

Todos los procesados, precocinados y embutidos servidos serán sin carne ni pescado o posibles trazas. En caso contrario, se sustituirá por un plato libre de carne y pescado.



Estamos trabajando conjuntamente con la consultoría nutricional CESNUT NUTRICIÓN para poderos ofrecer la máxima calidad dietética en todas las programaciones de nuestros menús. Por cualquier duda dietética sobre el menú podéis contactar con el equipo de dietistas-nutricionistas a info@cesnut.com

El cacao proviene de una planta tropical que crece en países cálidos como Ghana, Brasil, Costa de Marfil o Indonesia. Sus frutos contienen semillas que, después de ser fermentadas y secadas, se pueden transformar en polvo de cacao o chocolate. El cacao puro contiene nutrientes como hierro, magnesio y antioxidantes naturales. Es un alimento muy apreciado en todo el mundo.



Programación dietética
supervisada por Roser
Montané, directora de
Cesnut, nº colegiada
CAT0681.

