



Tu catering de proximidad

MENÚ TRITURADOS SIN VERDURAS
DE HOJA VERDE, TOMATE,
PESCADO AZUL NI CERDO
NOVIEMBRE 2025

		MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Plato		Patata, guisante, ternera, repollo	Arroz, zanahoria, merluza, brócoli	Guisantes, pavo, patata, puerro	Ternera, arroz, zanahoria, calabacín
Postre		Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Plato	Patata, judías, pollo, repollo	Arroz, abadejo, coliflor, calabacín	Pavo, patata, zanahoria, pimiento	Abadejo, guisante, arroz, puerro	Ternera, calabaza, patata, brócoli
Postre	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Plato	Coliflor, calabacín, pavo, arroz	Pollo, patata, zanahoria, judía	Ternera, arroz, puerro, repollo	Pavo, patata, calabaza, zanahoria	Pisto de verduras, merluza, arroz
Postre	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Plato	Calabacín, patata, abadejo, brócoli	Pollo, arroz, zanahoria, pimiento	Judías, merluza, guisante, patata	Ternera, arroz, calabaza, zanahoria	Pavo, patata, puerro, coliflor
Postre	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta

REVISADO

Mª Fernanda Diéguez Garza
Experta en nutrición e Planificación dietética
Máster Universitario en Nutrición


Mª Fernanda Diéguez Garza
BIÓLOGA
Cof. 525426