



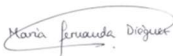
Tu catering de proximidad

**MENÚ TRITURADOS SIN TOMATE,
VERDURA DE HOJA VERDE, PESCADO
AZUL NI CERDO
OCTUBRE 2026**

				JUEVES 1	VIERNES 2
Plato	SEPTIEMBRE			Pollo, arroz, zanahoria, pimiento.	Merluza, judías, calabaza, patata.
Postre				Yogur	Fruta
	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Plato	Arroz, pavo, guisantes, calabaza.	Abadejo, puerro, brócoli, patata.	Pollo, arroz, zanahoria, calabacín.	Ternera, puerro, judías, patata.	Bacalao, pisto de verduras, arroz.
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	yogur	fruta
	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Plato	FESTIVO	Calabacín, cebolla, pollo, patata.	Merluza, puerro, coliflor, arroz.	Pavo, zanahoria, pimiento, patata.	Calabaza, judías, ternera, arroz.
Postre		Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Plato	Guisante, pollo, arroz, brócoli.	Ternera, zanahoria, patata, calabacín.	Bacalao, guisante, puerro, arroz.	Pollo, calabacín, zanahoria, patata.	Merluza, arroz, pisto de verduras.
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Plato	Pollo, patata, calabaza, puerro.	Merluza, guisante, arroz, zanahoria.	Pavo, patata, calabaza, judías.	Ternera, garbanzos, calabacín, puerro.	Abadejo, arroz, pisto de verduras.
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

REVISADO

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


Mª Fernanda Diéguez Garza
BIOLOGA
Cál. 5254X