

¿QUÉ COMEMOS HOY?



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

FEBRERO 2019 | MENU LOS TILOS- SIN LACTOSA

1

Patatas guisadas con carne

Pollo empanado con ensalada de lechuga

Fruta de temporada

4

5

6

7

8

Lentejas estofadas con verduras

Brócoli salteado con bacon

Arroz con blanco con salsa de tomate

Macarrones a la boloñesa

Judías pintas con chorizo

Cinta de Sajonia empanada con ensalada de lechuga

Albóndigas mixtas con verduras y patatas

Cinta de lomo a la plancha con ensalada de lechuga

Lenguado en salsa verde con huevo y guisantes

Tortilla española con ensalada de lechuga

Fruta de temporada

Yogur de soja

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Yogur de soja

11

12

13

14

15

Coditos con tomate

Patatas guisadas con calamares

Paella mixta (pollo y calamares)

Crema de champiñón con picatostes

Sopa de fideos

Merluza en salsa con guisantes y zanahoria

Filete de pollo empanado con lechuga y tomate

Sajonia a la plancha con patatas fritas

Tortilla de jamón con ensalada de lechuga y maíz

Cocido madrileño completo (Garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, patata y zanahoria)

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Natillas de soja

Fruta de temporada

Yogur de soja

18

19

20

21

22

Menestra de verduras con jamón

Sopa picadillo (jamón y huevo duro)

Crema de puerro y calabacín

Lentejas estofadas con chorizo

Espaguetis salteados con verduras y pollo

Salchichas frescas con puré de patata

Dados de atún en salsa de tomate y arroz

Ragout de pavo en salsa con cus-cus

Filete ruso en salsa con patatas

Mero rebozado con ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

Melocotón en almíbar

Yogur de soja

Fruta de temporada

Yogur de soja

25

26

27

28

Fideua de pollo y verduras

Crema de verduras

Sopa de fideos

Arroz con magro

Tortilla francesa de atún con lechuga y tomate

Jamoncitos de pollo al chilindrón con patata rosty

Cocido madrileño completo (Garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, patata y zanahoria)

Emperador empanado con ensalada de lechuga

Fruta de temporada

Natillas de soja

Fruta de temporada

Yogur de soja