

FUNDACIÓN FAUSTA ELORZ

OCTUBRE 2023

S 2	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6	Sábado 7	Domingo 8
Desayuno	CAFÉ CON LECHE O ZUMO O INFUSIÓN CON GALLETAS O TOSTADAS CON MANTEQUILLA Y MERMELADA O MAGDALENAS O FRUTA						
Comida	LENTEJAS CASERAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADILLA RUSA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO NATILLAS	SALMOREJO MUSLITOS DE POLLO FRITOS CON CEBOLLA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS RIOJANA JAMÓN AL OPORTO CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO FLAN CASERO	ENSALADA DE ARROZ FILETE DE MERLUZA A LA BILLAÍNA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS BLANCAS CON GRELLOS ALBÓNDIGAS DE POLLO CON JARDINERA DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	GAZPACHO ABADEJO REBOZADO CON VERDURITAS SALTEADAS HELADO TARRINA
Merienda	CAFÉ C/ LECHE O ZUMO O INFUSION CON MAGDALENAS						
Cena	CREMA DE CALABACÍN REDONDO DE PAVO ASADO CON PARMENTIERE YOGURES	SOPA DE AJO HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA CON PATATAS CHIPS GELATINA	PISTO MANCHEGO CON VIRUTA DE PATATA EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA YOGURES	SOPA DE FIDEOS TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE PESCADO QUESO FRESCO CON MEMBRILLO CON TOMATE ALIÑADO YOGURES	GUISANTES CON ZANAHORIA CAPRICHOS DE CALAMAR CON ENSLADILLA YOGURES	SOPA CASTELLANA TORTILLA DE AJOS FRESCOS CON TOMATE PARRILA YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.358 Kcal P: 112 HC: 251 L: 92	2.240 Kcal P: 88 HC: 278 L: 78	2.579 Kcal P: 142 HC: 271 L: 95	2.471 Kcal P: 95 HC: 313 L: 84	2.393 Kcal P: 100 HC: 259 L: 102	2.393 Kcal P: 100 HC: 259 L: 102	2.446 Kcal P: 122 HC: 279 L: 89

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL.

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

FUNDACIÓN FAUSTA ELORZ

OCTUBRE 2023

S 3

Lunes 9

Martes 10

Miércoles 11

Jueves 12

Viernes 13

Sábado 14

Domingo 15

	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13	Sábado 14	Domingo 15
Desayuno	CAFÉ CON LECHE O ZUMO O INFUSIÓN CON GALLETAS O TOSTADAS CON MANTEQUILLA Y MERMELADA O MAGDALENAS O FRUTA						
Comida	LENTEJAS CON CHORIZO TRONQUITO DE MERLUZA AL HORNO CON PURÉ DE ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	SALMOREJO CORDOBÉS BUTIFARRA A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS NATILLAS	ENSALADA DE CANGREJO PASTEL DE SALMÓN CON CALABACÍN SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	GAZPACHO CALAMARES EN SU TINTA CON ARROZ PILAF MANZANA ASADA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PASTA MAGRO DE CERDO EN SALSA FRUTA DE TEMPORADA	PAELLA MIXTA MEDALLON DEBACALAO A LA BILBAÍNA CON PATATAS AL VAPOR HELADO TARRINA
Merienda	CAFÉ C/ LECHE O ZUMO O INFUSION CON MAGDALENAS						
Cena	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS JAMÓN YORK, QUESO Y MEMBRILLO CON TOMATE ASADO YOGURES	SOPA DE FIDEOS CON CALDO DE POLLO HUEVOS RELLENOS CON ATÚN GELATINA	VICHYSOISE GUISO DE POLLO EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES	ENSALADA CAMPERA LACÓN A LA PLANCHA CON PATATAS, AJO Y PEREJIL YOGUR	SOPA DE PICADILLO ROTI DE PAVO ASADO CON PATATA PANADERA YOGURES	TRICOLOR DE VERDURAS CAELLA EN ADOBO CON TOMATE PROVENZAL YOGURES	SOPA DE PASTA TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.482 Kcal P: 124 HC: 297 L: 83	2.314 Kcal P: 117 HC: 263 L: 78	1.956 Kcal P: 89 HC: 231 L: 67	2.177 Kcal P: 86 HC: 269 L: 73	2.642 Kcal P: 143 HC: 267 L: 101	2.260 Kcal P: 86 HC: 294 L: 74	2.126 Kcal P: 102 HC: 258 L: 69

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL.

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.