



# MENÚ DICIEMBRE 2024

## C.P.E.E. FUNDACIÓN GOYENECHÉ



¡Visita nuestra web para ver las recomendaciones de cenas!

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

#### SEMANA DEL 02 AL 05

15200 - ARROZ TRES DELICIAS (2, 3)  
 26103 - RAGOUT DE PAVO (pavo estofado con cebolla, puerro y zanahoria)  
 80004 - PATATA ASADA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:588 Gr.:19 HC:82 Pro: 17

**11303 - LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (Tr.:1)**  
 22201 - TORTILLA DE PATATA (3)  
 80204 - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:786 Gr.:24 HC:95 Pro: 35

**14102 - PÚRE DE VERDURAS DE TEMPORADA**  
 23104 - ALBONDIGAS CON MENESTRA DE VERDURAS (1, 6, 12)  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
**PAN INTEGRAL (1)**  
 KCal:604 Gr.:20 HC:76 Pro: 16

13701 - BROCOLI REHOGADO  
 21402 - MERLUZA A LA ROMANA (1, 3, 4)  
 17104 - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
 70004 - YOGUR (7)  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:480 Gr.:23 HC:38 Pro: 26

#### SEMANA DEL 09 AL 13

**14103 - PÚRE DE CALABACIN**  
 23201 - HAMBURGUESA AL HORNO (1, 6, 12)  
 80125 - ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:569 Gr.:15 HC:84 Pro: 19

15102 - ARROZ BLANCO CON TOMATE  
 21604 - BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE (cebolla, perejil y guisantes) (4)  
 80201 - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:673 Gr.:16 HC:106 Pro: 21

11201 - JUDIAS BLANCAS A LA ESPAÑOLA (guisadas con tomate, cebolla, pimientos y puerro)  
 22101 - HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y TOMATE (3, 4)  
 80203 - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
**PAN INTEGRAL (1)**  
 KCal:618 Gr.:20 HC:74 Pro: 27

12707 - SOPA DE COCIDO CON FIDEOS (1)(Tr.:3)  
**114231 - COCIDO MADRILEÑO (garbanzo ecológico, morcillo, pollo, chorizo, jamón y verduras)**  
 70004 - YOGUR (7)  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:603 Gr.:17 HC:75 Pro: 29

13305 - JUDIAS VERDES REHOGADAS CON ZANAHORIA  
 23411 - JAMON ASADO EN SALSA  
 80004 - PATATA ASADA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:676 Gr.:26 HC:79 Pro: 23

#### SEMANA DEL 16 AL 20

15205 - PAELLA DE PESCADO Y MARISCO (2, 4, 12, 14)  
 23501 - CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA  
 80203 - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:667 Gr.:20 HC:96 Pro: 21

**113011 - LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS DE TEMPORADA (Tr.:1)**  
 25201 - JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
 80004 - PATATA ASADA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:836 Gr.:24 HC:100 Pro: 45

16204 - PATATAS GUIADAS CON TERNERA  
 21403 - MERLUZA AL HORNO (4)  
 80203 - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
**PAN INTEGRAL (1)**  
 KCal:634 Gr.:19 HC:80 Pro: 29

12701 - SOPA DE AVE CON FIDEOS (1)(Tr.:3)  
 22201 - TORTILLA DE PATATA (3)  
 80201 - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:659 Gr.:25 HC:79 Pro: 24

90009 - ENTREMESES VARIADOS (chorizo, york y queso) (7)(Tr.:6)  
 23225 - HAMBURGUESA COMPLETA (pan, carne de cerdo y ternera, lechuga y tomate) (1, 6, 7, 11, 12)(Tr.:3)  
 80009 - ZUMO Y PATATAS CHIP  
 POSTRE ESPECIAL (consultar alergias)  
 PAN BLANCO (1)  
 KCal:846 Gr.:28 HC:112 Pro: 29

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Alirsa.

Usuario Web Alirsa.com: fundaciongoyeneche - Contraseña: acpt004

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5-Cacahuetes 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr-Trazas