

Para cenar este mes  
**RECOMENDAMOS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Ensalada pasta / Lenguado / Fruta y leche
4 Sopa de lluvia / Merluza romana / Fruta y leche	5 Ensalada Mixta / Chuleta cerdo plancha / Fruta y leche	6	7	8
FIESTA / BANK HOLIDAY				
11 Ensalada tomate y aceituna / Bacalao romana / Fruta y leche	12 Sopa de Pasta / Tortilla espinacas / Fruta y leche	13 Pasta con tomate / Calamares romana / Fruta y leche	14 Ensalada al Gusto / Gallo Plancha / Fruta y leche	15 Acelga con patata / Pechuga de Pavo Plancha / Fruta y leche
18 Sopa juliana / Cinta de Lomo / Fruta y leche	19 Espinacas salteadas / Emperador plancha / Fruta y leche	20 Sopa de Letras / Pescado al Horno / Fruta y leche	21 Ensalada de tomate / Croquetas / Fruta y leche	22 Pasta con tomate / Lenguado Romana / Fruta y leche



TEMPRANALES



ALIMENTANDO EL PRESENTE  
**DE TU FUTURO**

AVDA. MONTES DE OCA  
 Nº 19. NAVE 24  
 S.S. DE LOS REYES, MADRID

[www.cutasa.com](http://www.cutasa.com)

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
																				1				
																				Patatas marinera / Potato stew marinera style				
																				Salchichas de pollo con ensalada / Baked chicken sausajes with salad				
																				Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread				
																				<b>Kcal.</b> 643   <b>Prot.</b> 24   <b>Lip</b> 25   <b>H.C.</b> 81				
4					5					6					7					8				
Crema de calabacín / Courgette cream					Arroz con magro / Meat paella					FESTIVO					FESTIVO					FESTIVO				
Lomo a la riojana con patatas / Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce					Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce																			
Natillas, pan / creme caramle, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread																			
<b>Kcal.</b> 715   <b>Prot.</b> 23   <b>Lip</b> 32   <b>H.C.</b> 68					<b>Kcal.</b> 676   <b>Prot.</b> 27   <b>Lip</b> 25   <b>H.C.</b> 87																			
11					12					13					14					15				
Arroz a la cubana / Rice in Tomato Sauce					Lentejas burgalesa / Stewed lentils					Crema de Puerro / Leek Cream					Sopa de Cocido / Stew Soup					Canelones atún / Tuna canelloni				
Lacón asado con ensalada / Baked smoke ham with salad					Merluza horno con tomate / Baked hake in tomato sauce					Ftes. Rusos en salsa patata dado / Grilled burger with potatoes					Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew					Tortilla jamón con Ensalada / Ham Omelette with Salad				
Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread				
<b>Kcal.</b> 774   <b>Prot.</b> 32   <b>Lip</b> 42   <b>H.C.</b> 68					<b>Kcal.</b> 739   <b>Prot.</b> 36   <b>Lip</b> 22   <b>H.C.</b> 101					<b>Kcal.</b> 788   <b>Prot.</b> 29   <b>Lip</b> 27   <b>H.C.</b> 107					<b>Kcal.</b> 670   <b>Prot.</b> 25   <b>Lip</b> 19   <b>H.C.</b> 99					<b>Kcal.</b> 776   <b>Prot.</b> 34   <b>Lip</b> 30   <b>H.C.</b> 92				
18					19					20					21					22				
Macarrones al ajillo / Macarroni in garlic sauce					Sopa de puchero / Meat soup					Judías Verdes con tomate / Green beans in tomato sauce					Crema de zanahoria / Carrot cream					MENU DE NAVIDAD				
Palometa horno con pisto / Baked Pomfret with ratatouille					Albóndigas con ensalada / Meatballs with salad					Estofado de ternera con arroz / Veal stew with rice					Limanda rebozada con lechuga tomate y aceitunas /					Perritos calientes con patatas fritas y ensalada / Hot dog with fried potatoes and salad				
Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread					Dulces de navidad / Christmas Sweets				
<b>Kcal.</b> 608   <b>Prot.</b> 29   <b>Lip</b> 19   <b>H.C.</b> 80					<b>Kcal.</b> 596   <b>Prot.</b> 24   <b>Lip</b> 28   <b>H.C.</b> 62					<b>Kcal.</b> 801   <b>Prot.</b> 29   <b>Lip</b> 38   <b>H.C.</b> 85					<b>Kcal.</b> 658   <b>Prot.</b> 24   <b>Lip</b> 33   <b>H.C.</b> 67					<b>Kcal.</b> 693   <b>Prot.</b> 25   <b>Lip</b> 34   <b>H.C.</b> 71				