

Para cenar este mes
RECOMENDAMOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Verdura rehogada Croquetas Fruta y leche	9 Ensalada tomate Calamares plancha Fruta y leche	10 Pasta con tomate Filete plancha Fruta y leche	11 Sopa de Lluvia Lenguado al horno Fruta y leche	12 Ensalada mixta Empanadillas atún Fruta y leche
15 Puré calabacín Filete pollo plancha Fruta y leche	16 Acelgas con patatas Croquetas jamón Fruta y leche	17 Guisantes con jamón Tortilla de atun Fruta y leche	18 Ensalada mixta Calamares rebozados Fruta y leche	19 Consomé Huevos rellenos de atún Fruta y leche
22 Pasta Pescado Plancha Fruta y leche	23 Pisto Chuleta cerdo Fruta y leche	24 Ensalada Filete ternera Fruta y leche	25 Crema de puerros Pescado rebozado Fruta y leche	26 Ensalada Salchichas con tomate Fruta y leche
29 Ensalada al Gusto Filete ruso con tomate Fruta y leche	30 Sopa de picadillo Emperador plancha Fruta y leche	31 Acelga con patata Salchichas de pollo Fruta y leche		



TEMPRANALES



Artesanía
 Gastronómica
 Alcarreña

ALIMENTANDO EL PRESENTE
 DE TU FUTURO

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

www.cutasa.com

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
8					9					10					11					12				
Lasaña boloñesa / Bolognese lasagna					Lentejas con verdura / Stewed Lentils with Potato and Carrot					Paella de pollo / Chicken Paella					Calabacin rebozado / Battered courgette					Sopa de Cocido / Stew Soup				
Merluza Romana con Ensalada / Battered Hake with Mixed Salad					Tortilla francesa con Ensalada / Omelete with Salad					Abadejo con pisto / Baked cod with ratatouille					Ragout de pavo con cous cous / Turkey stew with cous cous					Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew				
Melocoton en almibar/ Peaches in sirup					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread				
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	
746	27	39	72		730	30	27	91		652	32	21	84		738	36	22	99		670	25	19	99	
15					16					17					18					19				
Arroz con tomate / Rice in tomato sauce					Macarrones carbonara / Macarroni in carbonara sauce					Alubias blancas con verduras / Beans stew with vegetables					Crema de verdura / Vegetables cream					Patatas con costillas / Potato stew with cutties				
Tortilla con ensalada mixta / Omelete with mixed salad					Salchichas ave al horno Con Ensalada / Turkey Sausages in sauce with Salad					Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad					Pollo guisado con patatas / Chicken stew with fried potatoes					Ventresca de merluza con ensalada mixta / Battered belly hake with salad				
Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread				
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	
637	20	25	82		762	34	26	99		682	27	23	93		693	27	24	92		583	31	13	85	
22					23					24					25					26				
Lentejas guisadas con verdura / Lentils Stew with Vegetables					Fideua de pollo / Chicken fideua					Judías con Arroz / Stewed beans with rice					Coliflor rebozada / Battered cauliflower					Sopa de picadillo / Egg, chicken and ham soup				
Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled Garlic Pork Loin with Salad					Filete de dorada con ensalada / Gilthead fillet with salad					Tortilla york con lechuga y aceitunas / Ham omelette with salad and olives					Albondigas con patata / Meatballs with potatoes					Limanda empanada con ensalada / Breaded sole with salad				
Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread				
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	
726	32	38	64		785	37	28	97		663	21	28	81		634	25	30	66		573	25	23	66	
29					30					31														
Patatas riojana / Potato stew with chorizo					Judías verdes con tomate / Sauted green beans in tomato sauce					Arroz tres delicias / Three delight rice														
Huevos villaroy con ensalada / Villaroy eggs with salad					Escalope de pollo con patatas / Breaded chicken breast with potatoes					Pescadilla romana con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn														
Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt					Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread					Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread														
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		Kcal.	Prot.	Lip	H.C.											
758	29	24	106		660	25	19	98		741	28	24	104											