

Para cenar este mes  
**RECOMENDAMOS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Pasta con tomate Lenguado plancha Fruta	2 Sopa de verdura Croquetas caseras Fruta
5 Ensalada con atún Filete de pollo Fruta	6 Guisantes con jamón Empanadillas Fruta	7 Ensalada al gusto Merluza plancha Fruta	8 Calabacín plancha Lacón asado Fruta	9 Sopa de lluvia Calamar plancha Fruta y leche
12 Acelgas con Patatas Tortilla al gusto Fruta	13 Pasta salteada Gallo plancha Fruta	14 Guisantes salteados Calamares Fruta	15 NO LECTIVO	16 NO LECTIVO
19 Consomé Filete pollo con ensalada Fruta	20 Verdura rehogada Lomo plancha Fruta	21 Arroz con tomate Pescado plancha Fruta	22 Ensalada tomate Lasaña boloñesa Fruta	23 Ensalada mixta Emperador plancha Fruta
26 Ensalada completa San Jacobo Fruta	27 Sopa fideo Filete pavo Fruta	28 Sopa picadillo Croquetas caseras Fruta		

**NUESTROS PRODUCTOS ECOLÓGICOS**

Utilizamos aceite de oliva virgen extra ecológico para la elaboración de todos nuestros platos y ensaladas, así como leche 100% ecológica servida como postre.



**APOSTAMOS POR UNA VIDA SANA**

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>RECONOCE NUESTROS PRODUCTOS ECOLÓGICOS</b></p> 			<p><b>1</b></p> <p>Puré de zanahoria / Carrot puree</p> <p>Ragout de pavo con patata / Turkey stew with potatoes</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 756   <b>Prot.</b> 20   <b>Lip</b> 33   <b>H.C.</b> 94</p>	<p><b>2</b></p> <p>Judías blancas estofadas / Beans stew with vegetables</p> <p>Tacos de bonito con tomate / Tuna in tomato sauce</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 689   <b>Prot.</b> 38   <b>Lip</b> 22   <b>H.C.</b> 85</p>
<p><b>5</b></p> <p>Lentejas con puerro y zanahoria / Lentils stew with vegetables</p> <p>Tortilla de patata con ensalada / Potato omelette with salad</p> <p>Yogurt , Pan / Yoghurt, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 647   <b>Prot.</b> 30   <b>Lip</b> 27   <b>H.C.</b> 71</p>	<p><b>6</b></p> <p>Macarrones con pavo y tomate / Macaroni with turkey in tomato sauce</p> <p>Salmón en salsa con ensalada / Salmon in sauce with salad</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 789   <b>Prot.</b> 29   <b>Lip</b> 29   <b>H.C.</b> 102</p>	<p><b>7</b></p> <p>Judías Verdes Rehogadas / Sauted green beans</p> <p>Pollo Con Patata panadera / Roast chicken with potatoes</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 598   <b>Prot.</b> 28   <b>Lip</b> 21   <b>H.C.</b> 74</p>	<p><b>8</b></p> <p>Sopa de estrellas y verdura / vegetable soup</p> <p>Albóndigas En Salsa Con Patatas /Meatballs in sauce with potatoes</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 755   <b>Prot.</b> 27   <b>Lip</b> 34   <b>H.C.</b> 85</p>	<p><b>9</b></p> <p>Garbanzos Con Arroz Y Verdura / Chickpeas stew with rice</p> <p>Filete De Palometa Con Tomate Y Ensalada / Baked pomfret in tomato sauce</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 769   <b>Prot.</b> 40   <b>Lip</b> 29   <b>H.C.</b> 87</p>
<p><b>12</b></p> <p>Arroz tres delicias / Three delices rice</p> <p>Merluza En Salsa Verde / baked hake in green sauce</p> <p>Yogurt , Pan</p> <p><b>Kcal.</b> 584   <b>Prot.</b> 28   <b>Lip</b> 20   <b>H.C.</b> 74</p>	<p><b>13</b></p> <p>Sopa De Cocido Con Fideos / cocido soup</p> <p>Cocido Con Garbanzos, Ternera, Chorizo, Repollo / meat, chickpeas and vegetables stew</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 670   <b>Prot.</b> 25   <b>Lip</b> 19   <b>H.C.</b> 99</p>	<p><b>14</b></p> <p>Brócoli rebozado / Battered brócoli</p> <p>Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 852   <b>Prot.</b> 30   <b>Lip</b> 44   <b>H.C.</b> 85</p>	<p><b>15</b></p> <p>NO LECTIVO</p>	<p><b>16</b></p> <p>NO LECTIVO</p>
<p><b>19</b></p> <p>Lentejas Guisadas / Lentils stew</p> <p>Tortilla de atún y ensalada / Tuna omelette with salad</p> <p>Yogurt , Pan / Yoghurt, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 689   <b>Prot.</b> 30   <b>Lip</b> 24   <b>H.C.</b> 88</p>	<p><b>20</b></p> <p>Espaguetis Boloñesa / Bolognese spaghetti</p> <p>Filete De Limanda Con Ensalada / Baked sole with salad</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 832   <b>Prot.</b> 35   <b>Lip</b> 33   <b>H.C.</b> 100</p>	<p><b>21</b></p> <p>Pure De calabaza / Pumpkin puree</p> <p>Estofado de Ternera salsa y cous cous / veal stew with cocus cous</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 831   <b>Prot.</b> 34   <b>Lip</b> 30   <b>H.C.</b> 106</p>	<p><b>22</b></p> <p>Sopa De Cocido Con Fideos / cocido soup</p> <p>Cocido Con Garbanzos, Ternera, Chorizo, Repollo / meat, chickpeas and vegetables stew</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 670   <b>Prot.</b> 25   <b>Lip</b> 19   <b>H.C.</b> 99</p>	<p><b>23</b></p> <p>Arroz Con Verduras / Rice with vegetables</p> <p>Bacalao Con Tomate / Baked cod in tomato sauce</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 589   <b>Prot.</b> 25   <b>Lip</b> 16   <b>H.C.</b> 86</p>
<p><b>26</b></p> <p>Caracolas Con Atún / pasta with tuna</p> <p>Merluza Romana Con Ensalada / Battered hake with salad</p> <p>Yogurt , Pan / Yoghurt, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 780   <b>Prot.</b> 37   <b>Lip</b> 34   <b>H.C.</b> 82</p>	<p><b>27</b></p> <p>Judías Pintas estofadas / Beans stew</p> <p>Huevos rellenos Con Ensalada / Stuffed eggs with salad</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 672   <b>Prot.</b> 28   <b>Lip</b> 20   <b>H.C.</b> 96</p>	<p><b>28</b></p> <p>Crema De Verduras / Vegetables cream</p> <p>Escalope de ternera Con Patatas / Breaded veal with potatoes</p> <p>Fruta, Leche ecológica , Pan / Fruit, milk, bread</p> <p><b>Kcal.</b> 881   <b>Prot.</b> 27   <b>Lip</b> 41   <b>H.C.</b> 99</p>		