



MENÚ OCTUBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNE
		1	2	3
		Sopa de fideos con pollo Tortilla de patatas Ensalada Fruta del tiempo	Lentejas con jamón Bacalao al horno Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de tomate Hamburguesa de pollo Ensalada Yogur de frutas
		E-689,5K P-14% L-34% H-52% G.sat 3,8G Sal 0,5G Azu 0,5G	E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,5G Sal 0,3G Azu 2G	E-689,5K P-15% L-35% H-50% G.sat 0,4G Sal 0,1G Azu 0,6G
6	7	8	9	10
Cocido de garbanzos Merluza al horno Ensalada Fruta del tiempo	Pasta con salsa de tomate Pollo al horno Ensalada Fruta del tiempo	Estofado de alubias Rosada con verduras Ensalada Fruta del tiempo	Sopa de arroz con pescado Tortilla patatas Ensalada Fruta del tiempo	Crema de calabacín con queso Carne con tomate Ensalada Yogur de frutas
E-694K P-13% L-35% H-52% G.sat 2,4G Sal 0,4 Azu 0,2G	E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,3G Sal 0,5G Azu 2,8G	E-685K P-14% L-32% H-54% G.sat 3,4G Sal 0,2G Azu 1,5G	E-689,5K P-15% L-35% H-50% G.sat 0,4G Sal 0,1G Azu 0,6G	E-675,1K P-15% L-34% H-51% G.sat 4,5G Sal 0,5G Azu 0,2G
13	14	15	16	17
	Arroz con salsa de hortalizas Merluza al horno Ensalada Y Fruta del tiempo	Lentejas con patatas Salchichas frescas de pollo Ensalada y Fruta del tiempo	Pasta con salsa de tomate Tortilla calabacín Ensalada y Fruta del tiempo	Guisillo de ternera Mero al horno Ensalada y Yogur de frutas
	E-689,5K P-15% L-35% H-50% G.sat 0,4G Sal 0,1G Azu 0,6G	E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,5G Sal 0,3G Azu 2G	E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,3G Sal 0,5G Azu 2,8G	E-689,5K P-14% L-34% H-52% G.sat 3,5G Sal 1,1G Azu 0,4G
20	21	22	23	24
Estofado de alubias Salmón al horno Ensalada Fruta del tiempo	Pasta con salsa de tomate Pollo con patatas Ensalada Fruta del tiempo	Gurullos con pollo Tortilla patatas Ensalada Fruta del tiempo	Cocido con garbanzos Merluza al horno Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de tomate Filete de lomo Ensalada Yogur de frutas
E-685K P-14% L-32% H-54% G.sat 3,4G Sal 0,2G Azu 1,5G	E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,3G Sal 0,5G Azu 2,8G	E-689,5K P-14% L-34% H-52% G.sat 3,2G Sal 0,5G Azu 1,8G	E-694K P-13% L-35% H-52% G.sat 4G Sal 0,6G Azu 0,2G	E-689,5K P-15% L-35% H-50% G.sat 0,4G Sal 0,1G Azu 0,6G
27	28	29	30	31
Lentejas con patatas Salchichas frescas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de hortalizas Mero al horno Ensalada Fruta del tiempo	Cazuela de pescado Pollo al horno Ensalada Fruta del tiempo	Guiso de alubias Merluza con verduras Ensalada Fruta del tiempo	
E-682,6K P-13% L-35% H-52% G.sat 0,5G Sal 0,3G Azu 2G	E-689,5K P-15% L-35% H-50% G.sat 0,4G Sal 0,1G Azu 0,6G	E-689,5K P-14% L-34% H-52% G.sat 2G Sal 1G Azu 2G	E-689,5K P-14% L-34% H-52% G.sat 4G Sal 0,1G Azu 0,8G	

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN, NUESTRA EMPRESA DISPONE DE CARTA DE ALERGENOS (REGLAMENTO CE 1169/2011) PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON SU CENTRO O POR CORREO ELECTRONICO cateringmarazul@gmail.com
 LOS MENÚS PUEDEN SUFRIR CAMBIOS POR ROTURA DE STOCK, SUSTITUYENDO EL PLATO POR OTRO SIMILAR.
 NUESTRAS ENSALADAS TENDRAN COMO INGREDIENTES LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA RALLADA, ESPÁRRAGOS, ACEITUNAS ROTANDO ENTRE ELLOS PARA INTENTAR CAPTAR EL INTERÉS DE LOS PEQUES
 NUESTRA FRUTA DEL TIEMPO: PLÁTANO O BANANA, MANZANAS VERDES O ROJAS, PERAS, MANDARINAS