



AVDA. VALGRANDE, 21 Telfs.: 91 661 13 14 - 91 661 12 44

28108 - ALCOBENDAS (Polig. Ind.) Madrid

www.cocentrales.es

Menús Abril de 2011

Sin lactosa y proteínas de la leche

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª					1 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Puré de verduras frescas variadas ▪ Merluza a la romana (harina y huevo) con ensalada verde (lechuga, pimiento y aceituna) ▪ Fruta fresca
2ª	4 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa de ave ▪ Calamares a la romana con ensalada de colores (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) ▪ Fruta fresca 	5 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lentejas guisadas con verduras ▪ Pollo asado con patatas ▪ Gelatina de frutas 	6 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Patatas guisadas con verduras frescas variadas ▪ Albóndigas de ternera caseras en salsa ▪ Fruta fresca 	7 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Judías blancas guisadas con verduras ▪ Tortilla de patata con ensalada verde (lechuga, pimiento y aceituna) ▪ Fruta fresca 	8 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de calabacín (calabacín, puerro y patata) ▪ Perca a la andaluza (harina) con tomate natural ▪ Yogur Savia de Soja
3ª	11 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Arroz con pollo ▪ Jamón a la plancha con ensalada de colores (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) ▪ Fruta fresca 	12 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Puré de zanahoria (zanahoria, puerro y patata) ▪ Hamburguesas de ternera en salsa de tomate ▪ Yogur Savia de Soja 	13 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrones con tomate y jamón ▪ Merluza en salsa verde (guisantes y perejil) ▪ Fruta fresca 	14 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa de cocido (fideos y caldo) ▪ Cocido Completo (garbanzos, zanahoria, patata, puerro, chorizo, tocino y ternera) ▪ Fruta fresca 	15 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA
4ª	18 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA 	19 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA 	20 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA 	21 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA 	22 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA
5ª	25 <ul style="list-style-type: none"> ▪ SEMANA SANTA 	26 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Olla de legumbres (garbanzos, judías blancas, verduras frescas variadas) ▪ Lomo fresco con pimientos ▪ Melocotón en almibar 	27 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Judías verdes con tomate ▪ Pollo asado con patatas fritas ▪ Fruta fresca 	28 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Arroz de la huerta ▪ Delicias de merluza con tomate natural ▪ Fruta fresca 	29 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lentejas guisadas con verduras ▪ Tortilla de patatas con ensalada de colores (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) ▪ Yogur Savia de Soja

Cocinas Centrales elimina de la dieta el uso de productos que contengan la proteína de la leche de vaca (lactosa) y utiliza productos especiales aptos para alérgicos (sin lactosa). *Todas las salsas y cremas son espesadas sin mantequilla, ni nata.