

Menú Comedor (Diabéticos)
Temporada 2025-2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Lentejas Vegetales y arroz integral Tortilla de patatas y ensalada Fruta y pan	Ensaladilla Pescado con patata cocida Fruta y pan	Judías con atún Arroz con pavo y verduras Fruta y pan	Fabada con vegetales Pollo al horno con ensalada Lácteo y pan (de cea)	Sopa de fideos Pescado con ensalada Fruta y pan
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Crema de verduras Espaguetis boloñesa de pollo y pavo Fruta y pan	Ensalada de arroz Pescado con ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta Albóndigas de cerdo con patatas y verduras Fruta y pan	Sopa de estrellas Filete de pavo con patatas y champiñones Fruta y pan (de cea)	Potaje de legumbres con arroz integral Sardina con ensalada Fruta y pan
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Lentejas vegetales con arroz integral Tortilla de patata con ensalada Lácteo y pan	Brócoli Guiso de pescado con patatas y verduras Fruta y pan	Ensalada mixta Filetes de lomo con arroz en salsa Fruta y pan	Ensalada de pasta Pescado a la gallega con ensalada Fruta y pan (de cea)	Crema de verduras Pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa de fideos Pescado con patatas y ensalada Fruta y pan	Arroz 3 delicias Hamburguesa de pollo ensalada Fruta y pan	Ensalada mixta Fideos con ternera Fruta y pan	Caldo Gallego Pescado con ensalada Fruta y pan (de cea)	Potaje de garbanzos con huevo, espinacas y arroz integral Macarrones con atún y salsa de tomate casera Lácteo y pan

- **No abusar del consumo de sal. Intentar cambiar pastas y harinas blancas por integrales.**
- Todos los días se acompañará el menú con pan gallego (intentando ofrecerlo algún día integral), excepto los jueves que será pan de Cea.
- Se ofrecerá agua como única bebida.
- Intentar que las frutas y verduras utilizadas sean de temporada.

