

Plan de comidas semanales

12/10/2026 al 18/10/2026



Día de a semana	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	OPCIONAL CUALQUIER DÍA
Lunes	ESPINACAS ESPARRAGADAS ESTILO JAEN	CODILLO DE JAMON ASADO	POTAJE LENTEJAS Ó GARBANZOS MANITAS DE CERDO REVUELTO DE PATATAS HUEVO Y CHORIZOS TORTILLA VARIADAS SOPA PICADILLO Ó CASTELLANA PESCADO AL HORNO O EN SALSA CARNE AL HORNO O PLANCHA
Martes	ESTOFADO PATATAS Y CARNE	BOQUERONES Y BACALADILLAS FRITOS	
Miércoles	SOPA	COCIDO	
Jueves	GUISADO HABICHUELAS	CAELLA ADOBADA Y VERDURITAS	
Viernes	COLIFLOR AL HORNO GRATINADA	SAN JACOBOS	
Sábado	ESPAGUETIS AL AJILLO Y GAMBAS	SALCHICHAS ASADAS CON VERDURA Y PATATAS	
Domingo	ENSALADA DE PIMIENTOS	ARROZ	

Establecimiento con información disponible en materia de intolerancias alimentarias.

Soliciten información Tlf. 646 24 89 76

Plan de comidas semanales



ALÉRGENOS

Platos	Ingredientes														
ESPINACAS ESPARRAGADAS ESTILO JAEN	Espinacas, ajo, vinagre, pan frito, aceite de oliva, huevo, especias					X		X		X	X				
ESTOFADO PATATAS Y CARNE	Patatas, carne de pollo, cerdo, cebolla, ajo, pimiento verde, aceite de oliva					X									
SOPA	Agua, hueso de jamón, hueso blanco, pollo, fideos					Z		X		Z					
GUISADO HABICHUELAS	Judías blancas, chorizo, patatas, tomate, pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, aceite de oliva					X									
COLIFLOR AL HORNO GRATINADA	Coliflor, harina, leche, aceite de oliva, mantequilla, queso rallado, pimienta, nuez moscada, patatas					X		X		X	X				
ESPAGUETIS AL AJILLO Y GAMBAS	Pasta seca, ajo, gambas, aove				Z	Z		X		Z		X		Z	
ENSALADA DE PIMIENTOS	Pimiento rojo, aceite de oliva, atún, huevo cocido					Z				X				X	
CODILLO DE JAMON ASADO	Cerdo, especias, aceite de oliva					X									
BOQUERONES Y BACALADILLAS FRITOS	Boquerones, bacaladillas, harina, aceite de oliva					X		X		X				X	
COCIDO	Caldo (hueso jamón y hueso blanco), patata, garbanzo, zanahoria, puerro, punta de jamón, pollo, tocino					Z		X		Z					
CAELLA ADOBADA Y VERDURITAS	Pescado, verduras, especias, aove					X		X						X	
SAN JACOBOS	Lomo de cerdo, Jamón cocido, queso, harina, huevo, pan rallado, aceite de oliva, patatas					Z		X		X	X				
SALCHICHAS ASADAS CON VERDURA Y PATATAS	Salchicha de pollo, cebolla, vino, verduras varias, patatas, aceite de oliva					X		Z							
ARROZ	Arroz, marisco, carne magra de cerdo, pollo, cebolla, ajo, pimiento rojo y verde, azafran, guisante judia, fumet de pescado, aceite de oliva				X	Z					X	X		X	
POTAJE LENTEJAS Ó GARBANZOS	legumbres, patatas, chorizo, pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, aceite de oliva, pollo, tocino blanco, pan, harina					Z		X			X				
MANITAS DE CERDO	Manitas, cebolla, tomate frito, espesante, pimienta, aceite de oliva					X		X							
REVUELTO DE PATATAS HUEVO Y CHORIZOS	Patatas, huevo, chorizos, aove					Z		Z		X					
TORTILLA VARIADAS	Patatas, verduras varias, huevo, aceite de oliva					Z				X					
SOPA PICADILLO Ó CASTELLANA	Caldo, hueso de jamón, hueso blanco, punta de jamón, pollo, huevo					X		X		X					
PESCADO AL HORNO O EN SALSA	Pescado, ajo, cebollas, guisantes, perejil, harina, aceite de oliva					X		X		X				X	
CARNE AL HORNO O PLANCHA	Carne, aceite de oliva,					X		X							



(X) = CONTIENE ALÉRGENO

(Z) = PUEDE CONTENER ALÉRGENO