



Estamos muy satisfechos de anunciar que somos la primera empresa de Canarias en obtener la certificación ATX Allergy Protection de garantía y calidad en nuestra cocina central.

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
						02-nov				03-nov	01-dic	09-sep		04-nov	02-dic	10-sep	01-oct	05-nov	03-dic
				CREMA DE GUIANTES CODITOS DE PASTA CON TOMATE Y PAVO FRUTA Kcal: 679,69 HC: 104,66 Lip: 18,38 Prot: 23,92					PURÉ DE ACELGAS PAELLA DE PESCADO LÁCTEO Kcal: 632,48 HC: 73,23 Lip: 28,94 Prot: 36,17					POTAJE DE VERDURAS HAMBURGUESAS MIXTAS AL HORNO CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y ENSALADA MIXTA FRUTA Kcal: 669,98 HC: 70,79 Lip: 27,50 Prot: 34,77					SOPA CAMPESINA POLLO AL SALMOREJO Y PAPAS PARISINAS HELADO / FRUTA Kcal: 715,73 HC: 61,46 Lip: 32,31 Prot: 44,73
13-sep	04-oct	08-nov	06-dic	14-sep	05-oct	09-nov	07-dic	15-sep	06-oct	10-nov	08-dic	16-sep	07-oct	11-nov	09-dic	17-sep	08-oct	12-nov	10-dic
POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS TORTILLA PAISANA DE VERDURAS Y ENSALADA DE TOMATES, PEPINOS Y ACEITUNA VERDES FRUTA Kcal: 758,05 HC: 96,34 Lip: 34,20 Prot: 16,25				CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINOS ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA Y ARROZ BLANCO FRUTA Kcal: 711,92 HC: 100,59 Lip: 22,18 Prot: 27,74					SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS ABADEJO AL HORNO CON MOJO VERDE Y PAPAS SANCOCHADAS LÁCTEO Kcal: 717,88 HC: 85,99 Lip: 17,32 Prot: 55,54					PURÉ DE ESPINACAS ESTOFADO DE POLLO Y VERDURAS FRUTA Kcal: 822,38 HC: 81,89 Lip: 32,89 Prot: 49,66					CREMA DE BATATA Y ÑAMEN PIZZA MARGARITA CON ATÚN Y ORÉGANO FRUTA Kcal: 819,01 HC: 103,87 Lip: 29,86 Prot: 33,69
20-sep	11-oct	15-nov	13-dic	21-sep	12-oct	16-nov	14-dic	22-sep	13-oct	17-nov	15-dic	23-sep	14-oct	18-nov	16-dic	24-sep	15-oct	19-nov	17-dic
SOPA CAMPESINA LOMO AL HORNO AL AJILLO Y PAPAS BRAVAS FRUTA Kcal: 612,74 HC: 76,01 Lip: 18,39 Prot: 35,78				POTAJE DE LENTEJAS CROQUETAS CASERAS DE PESCADO Y ENSALADA TROPICAL FRUTA Kcal: 671,17 HC: 79,14 Lip: 25,45 Prot: 31,40					CREMA DE VERDURAS ARROZ TRES DELICIAS CON JAMÓN, HUEVO, GUIANTES Y ZANAHORIA NATURAL LÁCTEO Kcal: 722,13 HC: 95,95 Lip: 27,54 Prot: 22,64					PURÉ DE ACELGAS JAMONCITOS DE POLLO ENCEBOLLADO Y PAPAS SANCOCHADAS FRUTA Kcal: 763,88 HC: 96,80 Lip: 27,66 Prot: 33,04					POTAJE DE HABICHUELAS ESPAGUETIS A LA BOLONESA DE TERNERA Y QUESO RALLADO HELADO / FRUTA Kcal: 671,32 HC: 106,27 Lip: 16,26 Prot: 25,00
27-sep	18-oct	22-nov	20-dic	28-sep	19-oct	23-nov	21-dic	29-sep	20-oct	24-nov	22-dic	30-sep	21-oct	25-nov			22-oct	26-nov	
CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ABADEJO AL HORNO CON MOJO ROJO Y PAPAS ARRUGADAS FRUTA Kcal: 793,51 HC: 101,43 Lip: 28,42 Prot: 58,76				POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS PECHUGA EMPANADA Y ENSALADA DE ESPÁRRAGOS FRUTA Kcal: 750,72 HC: 86,89 Lip: 27,97 Prot: 37,76					CREMA DE BATATA Y ÑAMEN ESPIRALES DE PASTA CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE LÁCTEO Kcal: 705,19 HC: 107,10 Lip: 20,24 Prot: 25,32					PURÉ CON ESPINACAS TORTILLA ESPAÑOLA CON FRANKFURT FRUTA Kcal: 752,19 HC: 76,69 Lip: 32,90 Prot: 37,77					SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ZANAHORIA NATURAL Y ARROZ BLANCO FRUTA Kcal: 676,25 HC: 61,10 Lip: 25,89 Prot: 49,71
	25-oct	29-nov			26-oct	30-nov			27-oct				28-oct				29-oct		
POTAJE DE LENTEJAS PESCADO EMPANADO Y ENSALADA CON BROTES DE SOJA FRUTA Kcal: 694,91 HC: 86,09 Lip: 23,64 Prot: 34,47				REHOGADO DE ARVEJAS CINTA DE CERDO EN SU JUGO Y PAPAS DE ASADERO FRUTA Kcal: 633,88 HC: 65,24 Lip: 22,72 Prot: 43,19					CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINOS ARROZ, SALCHICHAS Y TORTILLA FRANCESA LÁCTEO Kcal: 731,12 HC: 100,42 Lip: 26,92 Prot: 22,83					SOPA CAMPESINA MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE Y PAPAS SANCOCHADAS FRUTA Kcal: 692,38 HC: 83,55 Lip: 15,88 Prot: 54,14					CREMA DE VERDURAS ROPA VIEJA DE POLLO FRUTA Kcal: 822,38 HC: 81,89 Lip: 32,89 Prot: 49,66



ALMUERZO	RECOMENDACION CENA
Carne	➔ Pescado o Huevo
Pescado	➔ Carne o Huevo
Huevo	➔ Pescado o Carne
Verduras	➔ Papas o Cereales
Papas/Cereales	➔ Verduras
Fruta	➔ Lácteo o Fruta
Lácteo	➔ Fruta



NºRGSA 26.06318/GC

Tel.: 928674463

info@naranjohenriquez.com
C/Poetisa Agustina Romero, 32
35018 Las Mesas

* LOS MENÚS SE ACOMPAÑAN DIARIAMENTE DE PAN, GOFIO DE MAÍZ Y AGUA.

* NUESTROS MENÚS PUEDEN SUFRIR ALGUNA MODIFICACIÓN POR CAUSAS JUSTIFICADAS. DPTO. DE CALIDAD Y SEGURIDAD ALIMENTARIA.