



Lunes

Martes

El Casal  
Abril 2022  
Basal

Miércoles

Jueves

Tamar  
RESTAURACIÓN & CATERING

Viernes

				<b>1</b> Kcal 875 Glú 88 Líp 35 Pro 45 1° Puré de verduras 2° Muslo de pollo asado con patatas chips Postre Fruta Pan
<b>4</b> Kcal 791 Glú 103 Líp 25 Pro 42 1° Lentejas con zanahoria 2° Merluza a la romana con lechuga Postre Fruta Pan	<b>5</b> Kcal 832 Glú 93 Líp 38 Pro 33 1° Marmitako 2° Salchichas de pollo al horno con ketchup Postre Yogur Pan	<b>6</b> Kcal 912 Glú 129 Líp 30 Pro 31 1° Macarrones con tomate 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan	<b>7</b> Kcal 907 Glú 78 Líp 34 Pro 37 1° Ensalada Oriental 2° Albóndigas a la jardinera Postre Yogur Pan	<b>8</b> Kcal 739 Glú 77 Líp 32 Pro 35 1° Sopa de fideo 2° Escalope de ternera con pimientos verdes Postre Fruta Pan
<b>11</b> Kcal 826 Glú 103 Líp 39 Pro 20 1° Menestra de verduras 2° Empanadillas de atún con ensalada de maíz Postre Fruta Pan	<b>12</b> Kcal 972 Glú 128 Líp 31 Pro 45 1° Paella 2° Guisado de ternera con champiñones Postre Fruta Pan	<b>13</b> Kcal 914 Glú 88 Líp 40 Pro 45 1° Garbanzos con acelgas 2° Trucha fresca al horno con mahonesa Postre Fruta Pan		
<b>25</b> Kcal 917 Glú 113 Líp 34 Pro 43 1° Espaguetis con tomate y queso 2° Hamburguesas de ternera con vegetales salteados Postre Fruta Pan	<b>26</b> Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55 1° Alubias rojas con chorizo 2° Atún a la riojana Postre Fruta Pan	<b>27</b> Kcal 782 Glú 132 Líp 10 Pro 48 1° Arroz con verduras 2° Guisado de pavo a la jardinera Postre Fruta Pan	<b>28</b> Kcal 725 Glú 103 Líp 31 Pro 36 1° Crema de brócoli 2° Bacalao rebozado con lechuga Postre Yogur bebible Pan	<b>29</b> Kcal 859 Glú 103 Líp 31 Pro 36 1° Garbanzos con espinacas 2° Tortilla de patata con ensalada Postre Fruta Pan

RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA