



N. S. de La Merced

Febrero 2026

Menú Basal

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Kcal 692 Glú 39 Líp 21 Pro 92 1º Menestra de verduras 2º Lomo de cerdo adobado con champiñones Postre Yogur Pan	3 Kcal 713 Glú 27 Líp 27 Pro 99 1º Sopa de fideo 2º Tortilla de patata con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan integral	4 Kcal 859 Glú 48 Líp 28 Pro 111 1º Garbanzos con verduras 2º Merluza a la romana con Mahonesa Postre Yogur Pan	5 Kcal 776 Glú 43 Líp 31 Pro 74 1º Crema de zanahoria 2º Muslo de pollo asado con ensalada Postre Fruta Pan	6 Kcal 862 Glú 51 Líp 30 Pro 103 1º Alubias blancas con chorizo 2º Hamburguesas de ternera con pimientos Postre Fruta Pan
9 Kcal 937 Glú 34 Líp 38 Pro 121 1º Macarrones con tomate y queso 2º Tortilla de patata con ensalada Postre Yogur Pan	10 Kcal 631 Glú 28 Líp 23 Pro 88 1º Puré de verduras 2º Bacalao al horno con pisto Postre Fruta Pan integral	11 Kcal 788 Glú 57 Líp 22 Pro 97 1º Lentejas con calabaza 2º Pechuga de pollo empanada con lechuga Postre Yogur Pan	12 Kcal 937 Glú 42 Líp 28 Pro 129 1º Arroz con pollo 2º Guisado de ternera con champiñones/Albóndigas Postre Fruta Pan	13 Kcal 716 Glú 44 Líp 17 Pro 100 1º Crema de calabaza 2º Palometa con tomate Postre Fruta Pan
16 CARNAVAL	17 Kcal 942 Glú 41 Líp 33 Pro 119 1º Espaguetis con tomate y verduras 2º Escalope de ternera con ensalada de maíz/ Pechuga pollo Postre Fruta Pan integral	18 Kcal 900 Glú 34 Líp 15 Pro 159 1º Garbanzos con acelgas 2º Empanadillas de atún con lechuga Postre Yogur Pan	19 Kcal 759 Glú 40 Líp 28 Pro 91 1º Puré de verduras 2º Guisado de pavo a la jardinera Postre Fruta Pan	20 Kcal 790 Glú 29 Líp 36 Pro 91 1º Guisantes 2º Tortilla de patata con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan
23 Kcal 765 Glú 45 Líp 23 Pro 101 1º Marmitako 2º Albóndigas con champiñones Postre Yogur Pan	24 Kcal 789 Glú 33 Líp 21 Pro 130 1º Paella 2º Bacalao a la romana con verduras Postre Fruta Pan integral	25 Kcal 862 Glú 38 Líp 33 Pro 112 1º Lentejas con verduras 2º Tortilla de patata y calabacín con lechuga Postre Yogur Pan	26 Kcal 666 Glú 30 Líp 27 Pro 78 1º Macarrones integrales con tomate 2º San jacobio con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan	27 Kcal 922 Glú 23 Líp 31 Pro 138 1º Crema de coliflor 2º Merluza al horno con pimientos Postre Fruta Pan



N. S. de La Merced

Marzo 2026
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

2 Kcal 725 Glú 39 Líp 23 Pro 97

- 1º Patatas a la riojana
2º Bacalao rebozado con ensalada tres estaciones

Postre Yogur Pan

Martes

3 Kcal 820 Glú 36 Líp 27 Pro 106

- 1º Garbanzos con zanahoria
2º Tortilla de patata con tomate

Postre Fruta Pan integral

Miércoles

4 Kcal 717 Glú 37 Líp 25 Pro 91

- 1º Crema de calabacín
2º Hamburguesas con tian de verduras

Postre Yogur Pan

Jueves

5 Kcal 830 Glú 34 Líp 22 Pro 131

- 1º Alubias rojas con verduras
2º Guisado de ternera con champiñones/ Albóndigas

Postre Fruta Pan

Viernes

6 Kcal 865 Glú 53 Líp 25 Pro 111

- 1º Arroz con tomate
2º Merluza a la romana con pisto

Postre Fruta Pan

9 Kcal 718 Glú 46 Líp 26 Pro 78

- 1º Puré de verdura
2º Pechuga de pollo empanada con ensalada

Postre Yogur Pan

10 Kcal 798 Glú 40 Líp 21 Pro 117

- 1º Espaguetis a la boloñesa
2º Merluza al horno con verduras

Postre Fruta Pan integral

11 Kcal 788 Glú 29 Líp 37 Pro 91

- 1º Guisantes con jamón
2º Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Pan

12 Kcal 710 Glú 35 Líp 28 Pro 84

- 1º Arroz con pollo
2º Lomo adobado con pimientos

Postre Fruta Pan

13 Kcal 910 Glú 49 Líp 34 Pro 106

- 1º Garbanzos con espinacas
2º Palometa con tomate

Postre Fruta Pan

16 Kcal 720 Glú 33 Líp 30 Pro 83

- 1º Vainas con patatas
2º Merluza rebozada con ensalada tres estaciones

Postre Yogur Pan

17 Kcal 759 Glú 38 Líp 33 Pro 83

- 1º Crema de calabaza
2º Hamburguesas de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan integral

18 Kcal 978 Glú 39 Líp 35 Pro 129

- 1º Macarrones con tomate
2º Tortilla de patata y chorizo con lechuga

Postre Yogur Pan

19 Kcal 617 Glú 37 Líp 15 Pro 81

- 1º Sopa de fideo y huevo
2º Guisado de pavo con champiñones

Postre Fruta Pan

20 Kcal 870 Glú 46 Líp 36 Pro 81

- 1º Alubias rojas con zanahoria
2º Bacalao a la romana con mahonesa

Postre Fruta Pan

23 Kcal 955 Glú 54 Líp 27 Pro 114

- 1º Espaguetis con tomate
2º Muslo de pollo asado con ensalada

Postre Yogur Pan

24 Kcal 868 Glú 32 Líp 16 Pro 167

- 1º Lentejas con verduras
2º Salchichas al horno con ketchup

Postre Fruta Pan integral

25 Kcal 756 Glú 24 Líp 35 Pro 92

- 1º Puré de verduras
2º Tortilla de patata y calabacín con lechuga

Postre Yogur Pan

26 Kcal 860 Glú 50 Líp 30 Pro 94

- 1º Garbanzos con zanahoria
2º Escalope de ternera con champiñones/ Pechuga de pollo

Postre Fruta Pan

27 Kcal 790 Glú 30 Líp 21 Pro 131

- 1º Arroz con tomate
2º Bacalao rebozado con verduras

Postre Fruta Pan