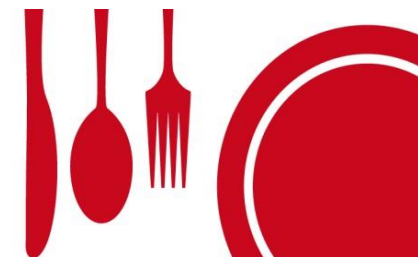




MENÚ MARTORELL

JULIO 2020



SEMANA 28	LUNES 06	MARTES 07	MIÉRCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
PRIMEROS	LASAÑA AL GRATEN ★	TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA ★	LENTEJAS RIOJANAS ★	FIDEUA CON ALLIOLI ★	RAVIOLI PARMESANA ★
	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES ★	ENSALADA CON KRISSIA ★	COLIFLOR AL GRATEN ★	ENSALADILLA RUSA ★	ENSALADA CON ATUN ★
SEGUNDOS	FLAMENQUINES ★	ESTOFADO DE TERNERA ★	JAMONCITOS DE POLLO PROVENZAL ★	CODILLO RUSTIDO ★	HUEVOS FRITOS CON BACON ★
	SALMON AL VAPOR CON VERDURITAS ★	ATUN CON PIPIRRADA DE CEBOLLA ★	ROSADA MARINERA ★	SEPIA CON AJO PEREJIL ★	MERLUZA SALSA VERDE ★
PLATO EXTRA	ENSALADA CON RULO DE CABRA, ESPINACAS, MANGO Y VINAGRETA DE CÍTRICOS ★	LIBRITOS DE LOMO CON PARMESANO, SOBRASADA Y VERDURITAS ★	PATO A LA PIMIENTA VERDE CON VERDURAS GRILL Y PATATA ASADA ★	1/2 PICANTON CON GUARNICION ★	PIZZA CUATRO ESTACIONES CON ENSALADA DE RÚCULA Y BOCCONCINOS DE BÚFALA ★
PLATO HEALTHY	QUINOA, ARROZ, BROCOLI Y RAPE CON CHILE THAI ★	PASTA INTEGRAL, POLLO SALSA TERIYAKI Y VERDURAS FRESCAS ★	WOK DE TRIGO, TOFU Y VERDURAS CON KALE Y SOJA ★	FIDEOS DE ARROZ, CALDO DAHI Y VERDURITAS ★	KORMA DE BACALAO ★
RÉGIMEN	JUDÍAS VERDES CON PATATAS ★	GUISANTES CON PATATAS ★	ESPINACAS CON PATATAS ★	COLES DE BRUSELAS CON PATATAS ★	BRÓCOLI CON PATATAS ★
PLANCHA	FILETE DE MERLUZA PLANCHA ★	SALMON A LA PLANCHA ★	ATUN A LA PLANCHA ★	ROSADA A LA PLANCHA ★	TRUCHA A LA PLANCHA ★
	FILETE DE POLLO AL GRILL ★	BUTIFARRA AL GRILL ★	LOMO AL GRILL ★	BURGUER DE POLLO AL GRILL ★	CHURRASCO DE TERNERA AL GRILL ★
GUARNICIÓN	PATATAS STEAKHOUSE ★	ALUBIAS CON PICADA ★	PATATAS DUQUESAS ★	PATATAS BRAVAS ★	PATATAS FRITAS ★
	BULGUR SALTEADO ★	TOMATE PROVENZAL ★	ALCACHOFA REBOZADA ★	CALABACIN PROVENZAL ★	ARROZ SALTEADO ★

Postre: Variedad de lácteos, pasteles y fruta

Opcionales: Consomé o Gazpacho (temporada) / Bistec de ternera / Guarnición: Mezclum / Patatas Chips

★ POCO CALÓRICO ★ CALÓRICO ★ MUY CALÓRICO



serunion
RESTAURANTES

MENÚ MARTORELL JULIO 2020



SEMANA 29	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
PRIMEROS	ENSALADA DE PASTA CON ATUN Y HUEVO ★	FIDEUA CON ALLIOLI ★	PIMIENTO RELLENO DE BACALAO ★	ARROZ MILANESA ★	PIZZA DE ATUN ★
	GUISANTES SALTEADOS CON BUTIFARRA NEGRA ★	ENSALADA CON QUESO ★	OLLA DE GARBANZOS CON BACALAO ★	BROCOLI CON MUSELINA DE AJO ★	ENSALADA CAMPERA ★
SEGUNDOS	EMPANADILLAS DE ATUN ★	POLLO A L'AST ★	LIBRITOS DE LOMO ★	BACALAO A LA LLAUNA ★	HUEVOS FRITOS CON PANCETA ★
	GALTAS ASADAS ★	MARLIN CON SALSA ALMENDRAS ★	FILETE DE CABALLA PROVENZAL ★	HAMBURGUESAS CON TOMATE Y QUESO ★	PESCADO FRESCO S/M ★
PLATO EXTRA	PITA RELLENA CON SALSA TZATZIKI ★	OSSOBUCCO MILANESA ★	FOCCACIA MEDITERRÁNEA CON SALMÓN AHUMADO Y SALSA DE ENELDO ★	HUEVOS ROTOS CON JAMÓN CRUJIENTE Y PATATA PANADERA ★	FILETE RUSO AL VAPOR CON ÑOQUIS A LA PARMESANA ★
PLATO HEALTHY	POKE DE ATUN Y AGUACATE CON FRUTOS SECOS ★	WOK DE VERDURAS, SOJA Y TERNERA ★	CALABAZA, POLLO MARINADO, FRUTOS SECOS, MIX DE ENSALADAS Y HUMMUS DE ZANAHORIAS ★	LENTEJAS ECO, PEPINO Y QUESO FETA CON MEZCLUN DE ENSALADAS ★	COUSCOUS, ESPINACAS, CALABAZA Y FRUTOS SECOS ★
RÉGIMEN	ACELGAS CON PATATAS ★	COLIFLOR CON PATATAS ★	GUISANTES CON PATATAS ★	BROCOLI CON PATATAS ★	ALCACHOFAS CON PATATAS ★
PLANCHA	MARLIN PLANCHA ★	SALMON A LA PLANCHA ★	GALLINETA A LA PLANCHA ★	FILETE DE CABALLA PLANCHA ★	FOGONERO A LA PLANCHA ★
	CONTRAMUSLO DE POLLO GRILL ★	LOMO AL GRILL ★	SECRETO AL GRILL ★	CHORIZO CRIOLLO GRILL ★	CONEJO AL GRILL ★
GUARNICIÓN	PATATAS BRAVAS ★	PATATAS ASADAS ★	VERDURAS CON CURRY ★	PATATAS CON MOJO ★	PATATAS FRITAS ★
	AROS DE CEBOLLA ★	PISTO DE VERDURAS ★	ROSTIE DE PATATAS ★	CEBOLLITAS PERLA ★	PIMIENTO HORNO ★

Postre: Variedad de lácteos, pasteles y fruta

Opcionales: Consomé o Gazpacho (temporada) / Bistec de ternera / Guarnición: Mezclum / Patatas Chips

★ POCO CALÓRICO ★ CALÓRICO ★ MUY CALÓRICO

MENÚ MARTORELL JULIO 2020



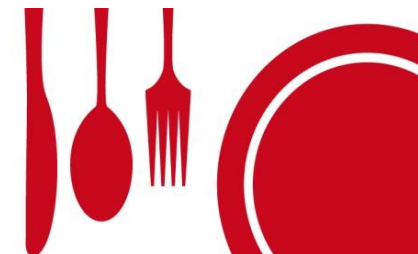
SEMANA 30	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
PRIMEROS	CASSARECE CON TOMATE CONFITADO Y QUESO ★	ARROZ TRES DELICIAS ★	BERENJENA GRATINADA ★	FIDEUA CON COSTILLA Y ALCACHOFAS ★	TRINXAT DE LA CERDAÑA ★
	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES ★	ESPINACAS A LA CATALANA ★	JUDIAS CON TOMATE Y JAMON ★	XATONADA ★	EMPEDRADO DE GARBANZOS ★
SEGUNDOS	ALBONDIGUAS A LA JARDINERA ★	ALITAS DE POLLO MARINADAS ★	PINCHOS SALTEADOS ★	ASADO DE TERNERA CON SETAS ★	HUEVOS FRITOS CON BACON ★
	FALAFELS CON SALSA IOGURT ★	FILETE DE MERLUZA SALSA HOLANDESA ★	TRUCHA RIOJANA ★	SALMON CON LIMA Y ALCAPARRAS ★	PESCADO FRESCO S/M ★
PLATO EXTRA	TOSTA ESPECIADA CON VERDURAS A LA PLANCHA Y PROVOLONE ★	BURRITOS MEJICANOS CON GUACAMOLE Y NACHOS ★	TATAKY DE ATUN CON HUMMUS Y TOMATES CONFITADOS ★	TOURNEDÓ DE LOMO CON SAQUITOS DE BRIE A LA PIMIENTA VERDE ★	TRONCO DE MERLUZA FRESCA AL VAPOR CON VERDURITAS Y CREMA DE PUERROS ★
PLATO HEALTHY	TRIGO CON SALSA DE PESTO Y BOCCONCINOS ★	SALMON CON ESPARRAGOS, ARROZ INTEGRAL Y VERDURAS ★	BOWL DE QUINOA, MANZANA, NUECES Y AGUACATES CON SALMON AHUMADO ★	WOK DE TALLARINES, HEURA CON SESAMO Y COL CHINA ★	BOCATA DE SEMILLAS, QUESO BRIE, ESPINACAS, NUECES Y PESTO ROJO ★
RÉGIMEN	CREMA DE VERDURAS ★	ESPINACAS CON PATATAS ★	JUDIAS VERDES CON PATATAS ★	MENESTRA CON PATATAS ★	HERVIDO VALENCIANO CON PATATAS ★
PLANCHA	FILETE DE MERLUZA PLANCHA ★	TRUCHA A LA PLANCHA ★	CHURRASCO AL GRILL ★	FILETE DE CABALLA PLANCHA ★	MARLIN A LA PLANCHA ★
	FILETE DE POLLO AL GRILL ★	BUTIFARRA AL GRILL ★	SALMON A LA PLANCHA ★	SECRETO AL GRILL ★	CHULETAS DE LOMO AL GRILL ★
GUARNICIÓN	BERENJENA AL HORNO ★	PATATAS BRAVAS ★	PATATAS HORNO ★	PATATAS AL VAPOR ★	PATATAS FRITAS ★
	COUSCOUS CON VERDURAS ★	ALUBIAS CON PICADA ★	TOMATE PROVENZAL ★	ZANAHORIAS SALTEADAS ★	ALCACHOFAS REBOZADAS ★

Postre: Variedad de lácteos, pasteles y fruta

Opcionales: Consomé o Gazpacho (temporada) / Bistec de ternera / Guarnición: Mezclum / Patatas Chips

★ POCO CALÓRICO ★ CALÓRICO ★ MUY CALÓRICO

MENÚ MARTORELL JULIO 2020



SEMANA 31	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
PRIMEROS	ENSALADA CON AGUACATE Y SALMON ★	TALLARINES DOS SALSAS ★	EMPEDRADO DE JUDIAS ★	ARROZ MARINERA ★	TORTELLINI AL GRATEN ★
	LENTEJAS RIOJANAS ★	VICHYSOISE ★	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES ★	ENSALADA DE QUESO FRESCO ★	ROLLITOS PRIMAVERA ★
SEGUNDOS	BLANQUETA DE PAVO A LA PIMIENTA ★	FRICANDO DE TERNERA CON SETAS ★	LOMO REBOZADO ★	PECHUGA DE POLLO A LA PARMESANA ★	FRANFURT W ★
	HEURA SALTEADA CON VERDURAS ★	ATUN VIZCAINA ★	BACALAO GRATINADO ★	GALLINETA SALSA VERDE ★	PESCADO FRESCO S/M ★
PLATO EXTRA	LACÓN A LA GALLEGA ★	TOSTA DE IBÉRICOS ★	LUBINA A LA BILBAINA ★	ÑOQUIS DOS SALSAS ★	COSTILLAR DE CERDO BBQ CON PATATAS TEJANAS Y ENSALADA DE COL ★
PLATO HEALTHY	WOK DE FIDEOS TRES DELICIAS CON GAMBAS ★	BERENJENA KABAYAKI, CILANTRO, LENTEJAS ECO CON TOMATES CONFITADOS Y TOFU ★	WOK DE SEPIA CON ARROZ THAI ★	PECHUGA AL VAPOR, JUDIAS VERDES FRESCAS Y ARROZ BASMATIC ★	ATUN A LA PLANCHA CON "pico de gallo" Y PURE DE YUCA ★
RÉGIMEN	JUDIAS VERDES CON PATATAS ★	TRICOLOR DE VERDURAS ★	BROCOLI CON PATATAS ★	COLES DE BRUSELAS CON PATATAS ★	COLIFLOR CON PATATAS ★
PLANCHA	ATUN A LA PLANCHA ★	MERLUZA A LA PLANCHA ★	CALAMAR A LA PLANCHA ★	CHORIZO CRIOLLO GRILL ★	GALLINETA A LA PLANCHA ★
	HAMBURGUESAS AL GRILL ★	CHULETAS DE LOMO SAJONIA GRILL ★	CORDERO AL GRILL ★	BACALAO A LA PLANCHA ★	SECRETO AL GRILL ★
GUARNICIÓN	PATATAS PANADERA ★	SALTEADO DE VERDURAS ★	PATATAS HORNO ★	GARBANZOS SALTEADOS ★	PATATAS FRITAS ★
	CALABAZA AL GRATEN ★	ARROZ CON PICADA ★	CALABACIN CON QUESO ★	PATATAS GAJO ★	CEBOLLETAS CON SOJA ★

Postre: Variedad de lácteos, pasteles y fruta

Opcionales: Consomé o Gazpacho (temporada) / Bistec de ternera / Guarnición: Mezclum / Patatas Chips

★ POCO CALÓRICO ★ CALÓRICO ★ MUY CALÓRICO