



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Septiembre 2022

Menú Triturado Menus

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

			1	2
5	6	7	8	9 Merluza, cebolla y patata Postre Fruta triturada
12 Pollo, puerro y patata Postre Fruta triturada	13 Lentejas, zanahoria y patata Postre Fruta triturada	14 Merluza, calabacín y patata Postre Fruta triturada	15 Lomo, cebolla y patata Postre Fruta	16 Legumbres, calabacín, puerro y patata Postre Lácteo
19 Merluza, patata y cebolla Postre Fruta triturada	20 Garbanzos, zanahoria y patata Postre Fruta triturada	21 Pollo, zanahoria y patata Postre Fruta triturada	22 Arroz, pavo y judía verde Postre Fruta triturada	23 Alubias, patata y zanahoria Postre Lácteo
26 Lentejas, calabacín y patata Postre Fruta triturada	27 Merluza, cebolla y patata Postre Fruta triturada	28 Pollo, patata, zanahoria y puerro Postre Fruta triturada	29 Arroz, rape y puerro Postre Fruta trit	30 Garbanzos, zanahoria, calabacín y patata Postre Lácteo

RECOMENDACIONES DE CENA

- Pasta / Arroz o Legumbres
- Hortalizas
- Pescado Blanco o Azul/Huevo
- Aves o Carne Roja/Huevo
- Aves o Carne Roja/ Pescado Blanco o Azul
- Lácteo
- Fruta

☎ 902 103 478 Atención al cliente

🌐 www.tamar.es



🗨 COMIDA



CENA