

## Datos del cliente

NOMBRE

APELLIDOS

### SEMANA 1

#### Primer plato

- 01 Coliflor al ajo arriero
- 02 Alubias estofadas con verduras
- 03 Códitos con chorizo\*
- 04 Patatas a la importancia
- 05 Arroz con pollo al curry
- 06 Crema de lombarda y manzana
- 07 Sopa de cocido
- 08 Coles de Bruselas salteadas con bacon
- 09 Lentejas con costillas
- 10 Tallarines con salsa de espinacas y pavo
- 11 Patatas guisadas con carne de cerdo
- 12 Arroz negro
- 13 Crema de calabaza con parmesano
- 14 Sopas de arroz, pollo y huevo
- 15 Pisto de verduras con huevo cocido
- 16 Alubias con calamares y gambas
- 17 Fideuá
- 18 Patatas meneadas
- 19 Arroz con secreto, panceta y setas silvestres
- 20 Crema de marisco
- 21 Sopa de pescado

#### Segundo plato

- 22 Escalopín de cerdo en salsa española con patatas\*
- 23 Hamburguesa de pollo en salsa con patatas asadas\*
- 24 Pavo asado en su jugo con puré de patatas meneadas
- 25 Cocido completo\*
- 26 Caella a la andaluza con verduritas
- 27 Perca a la parrilla con tomate cherry asado
- 28 Tortilla de pimientos con salsa zamorana
- 29 San Jacobo de cerdo casero con patata panadera\*
- 30 Pollo asado con champiñones
- 31 Conejo guisado en su jugo con patatas, ajo y romero
- 32 Merluza en salsa rusa
- 33 Palometa a la plancha con refrito de ajo y tomate
- 34 Atún asado encebollado
- 35 Tortilla de espinacas con zanahorias
- 36 Secreto de cerdo con pimientos de Padrón
- 37 Pechugas de pollo encebolladas al limón
- 38 Pechuga de pavo a la naranja con pimientos asados salteados
- 39 Ternera al curry con patata
- 40 Bacalao al ajoarriero con huevo y pimientos del piquillo
- 41 Salmón a la plancha con salsa de cebolleta y patata panadera
- 42 Tortilla rellena de pavo y queso con champiñones

### SEMANA 2

#### Primer plato

- 01 Repollo al vapor con patata, zanahoria y ajo arriero
- 02 Garbanzos con acelgas
- 03 Macarrones boloñesa
- 04 Patatas a la riojana
- 05 Arroz tres delicias
- 06 Crema de zanahoria
- 07 Sopa de lluvia con huevo cocido
- 08 Judías verdes con jamón, patatas salteadas y pimentón
- 09 Lentejas con chorizo y panceta
- 10 Códitos carbonara
- 11 Patatas con costillas
- 12 Arroz caldoso de mar
- 13 Crema de sopas castellanas al estilo tradicional
- 14 Sopa de picadillo
- 15 Brócoli al vapor con patata y ajo arriero
- 16 Alubias pintas con arroz
- 17 Lasaña de carne\*
- 18 Marmitako
- 19 Arroz meloso de pollo y verduras
- 20 Crema de puerro, patata y pera
- 21 Crema de guisantes y jamón

#### Segundo plato

- 22 Jamón asado en su jugo con patata panadera\*
- 23 Pollo a la riojana con verduritas
- 24 Pechugas de pavo fritas con patata parisina
- 25 Albóndigas a la jardinera con verduritas\*
- 26 Panga a la romana con judías verdes\*
- 27 Rape al horno con salsa de tomate y verduritas\*
- 28 Tortilla de patata con pimientos fritos
- 29 Lomo al horno encebollado con tomate cherry asado\*
- 30 Pollo en pepitoria con patata
- 31 Estofado de ternera con verduritas y patata dado
- 32 Atún con arroz integral, verdura y soja\*
- 33 Suprema de merluza a la romana con salteado de verduras
- 34 Bacalao en salsa verde y pil pil con patatas panaderas\*
- 35 Tortilla de patata con champiñones
- 36 Solomillo de cerdo con salsa de arándanos
- 37 Pollo en tiras al queso con champiñones\*
- 38 Pechuga de pavo a la plancha con verduras salteadas
- 39 Filete de ternera al ajillo con pimientos fritos\*
- 40 Fogonero en salsa americana con patatas asadas
- 41 Perca con vinagreta de aceitunas negras
- 42 Huevos rellenos con bechamel en salsa

## SEMANA 3

## Primer plato

- 01 Menestra de verduras con patata dado y jamón
- 02 Lentejas estofadas
- 03 Canelones de atún\*
- 04 Patatas guisadas con mejillones
- 05 Arroz a la zamorana\*
- 06 Crema castellana de garbanzos
- 07 Sopa de verduras
- 08 Guisantes con jamón y huevo
- 09 Garbanzos con callos y morro a la zamorana
- 10 Tallarines con gambas al ajillo
- 11 Patatas con pata
- 12 Arroz a banda
- 13 Crema vichisoise
- 14 Sopa de pescado
- 15 Pimientos rellenos de bacalao\*
- 16 Habones con oreja
- 17 Lasaña de pollo y bacon\*
- 18 Patatas en salsa verde con gulas
- 19 Arroz negro
- 20 Crema de gambas
- 21 Sopa de marisco

## Segundo plato

- 22 Lomo de cerdo asado en su jugo con arroz y verduritas
- 23 Pollo asado con patata panadera
- 24 Pechuga de pavo a la naranja con pimientos asados salteados
- 25 Ternera guisada con champiñones y dados de patata
- 26 Fogonero a la plancha con bastones de zanahoria salteados
- 27 Atún a la parrilla con fritada
- 28 Tortilla de pimientos en salsa roja
- 29 Estofado de cerdo con verduritas
- 30 Alitas de pollo con miel y mostaza
- 31 Chuleta de pavo al ajillo con patata panadera\*
- 32 Caldereta de pescado y mariscos
- 33 Rape con ajada de tomate y patata panadera
- 34 Suprema de merluza a la gallega con juliana de pimientos y cebollas
- 35 Tortilla de bacalao en salsa de puerros
- 36 San Jacobo de cerdo casero con patatas horneadas\*
- 37 Pechuga de pollo escabechada
- 38 Pechuga de pavo a la plancha con tomate cherry confitado
- 39 Conejo a la parrilla con patata torneada
- 40 Bacalao gratinado con costra de ali oli\*
- 41 Salmón al horno con salsa marinera y patata panadera
- 42 Tortilla de patata con queso de cabra y cebolla caramelizada

## SEMANA 4

## Primer plato

- 01 Lombarda con su refrito de ajos y pimentón
- 02 Alubias con almejas
- 03 Coditos con atún\*
- 04 Patatas con callos y morro
- 05 Arroz con verduras
- 06 Crema de calabacín
- 07 Sopa juliana
- 08 Coliflor con patata y salsa romescu
- 09 Potaje de garbanzos
- 10 Penne a la puttanesca
- 11 Patatas con alcachofas y guisantes al curry
- 12 Risotto de setas con queso curado
- 13 Consomé
- 14 Sopas de ajo
- 15 Alcachofas en salsa con jamón\*
- 16 Garbanzos con oreja
- 17 Tallarines con verduras y gambas
- 18 Patatas con calamares y gambas
- 19 Arroz con conejo
- 20 Crema de champiñones
- 21 Crema de brocoli y manzana

## Segundo plato

- 22 Sajonia a la plancha con puré de patata\*
- 23 Pollo con rallado de verduras
- 24 Pavo al curry con champiñón
- 25 Albóndigas en salsa verde con patata dado\*
- 26 Filete de panga a la madrileña con judías y zanahoria\*
- 27 Merluza hervida a las finas hierbas con aceite de oliva y brócoli
- 28 Tortilla de calabacín en salsa verde
- 29 Jamón asado en su jugo con patata panadera\*
- 30 Hamburguesa de pollo frita con patata y salsa de mostaza\*
- 31 Morro de ternera en salsa roja con patata
- 32 Fogonero a la roteña
- 33 Rape al limón con cebolla y patata
- 34 Bacalao con ajada de tomate\*
- 35 Tortilla de patata con pimientos fritos
- 36 Secreto de cerdo al romero con patata\*
- 37 Pollo guisado con cerveza y arroz
- 38 Pavo a la plancha con champiñones
- 39 Escalope de ternera con fritada de pimientos\*
- 40 Atún en salsa de naranja y sésamo
- 41 Merluza a la vizcaína con gulas
- 42 Huevos rellenos de jamón y queso

## SEMANA 5

## Primer plato

- 01 Judías con patata y zanahoria
- 02 Lentejas con vegetales
- 03 Macarrones napolitana
- 04 Patatas guisadas con pollo y espinacas
- 05 Paella de la casa
- 06 Puré de verduras con aceite de oliva
- 07 Sopa minestrone
- 08 Acelgas con patata y zanahoria
- 09 Pote gallego
- 10 Espaguetis marinera
- 11 Patatas con rejos
- 12 Arroz a la zamorana\*
- 13 Crema de espinacas con nata
- 14 Sopa de ave
- 15 Brócoli con gambas
- 16 Alubias a la asturiana
- 17 Lasaña de verduras
- 18 Patatas con boletus y mix de setas silvestres
- 19 Arroz a banda
- 20 Crema de pollo
- 21 Sopa de cebolla y calabaza con gambas

## Segundo plato

- 22 Lomo al horno con fritada de pimientos
- 23 Pechuga de pollo frita con puré de patatas meneadas
- 24 Longaniza fresca con patata torneada y tomate\*
- 25 Morcillo al vino con verduras salteadas
- 26 Palometa con fritada de verduras
- 27 Perca a la plancha con arroz integral y verduritas
- 28 Tortilla de patata con salsa de callos
- 29 Solomillo de cerdo especiado con cuscús
- 30 Pollo picante con patatas
- 31 Ternera guisada con pimientos y tomate
- 32 Merluza a la cazuela con huevos y espárragos
- 33 Atún a la parrilla con salsa de cebollas y patatas dado
- 34 Tiberios en salsa roja con patatas
- 35 Fajita de tortilla con pollo y verduras
- 36 Escalopines de cerdo a la madrileña con patata panadera\*
- 37 Pollo guisado al curry
- 38 Chuleta de pavo al ajillo con puré de boniato asado\*
- 39 Conejo guisado con cerveza y arroz
- 40 Bacalao en salsa americana con patata panadera\*
- 41 Suprema de merluza a la plancha con brócoli y coliflor
- 42 Tortilla de bacalao con ajada de tomate