



# Menú semanal

UPM2

DÍA 1 / DAY 1	DÍA 2 / DAY 2	DÍA 3 / DAY 3	DÍA 4 / DAY 4	DÍA 5 / DAY 5	DÍA 6 / DAY 6	DÍA 7 / DAY 7
<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>	<b>PRINCIPAL</b>
<p>Milanesas de carne con puré / Ensalada de tomate y lechuga</p> <p>Breaded meat with mashed potatoes / Tomato and lettuce</p>	<p>Hamburguesas a la napolitana con papas fritas</p> <p>Napolitan burgers with potato chips</p>	<p>Bondiola de cerdo con salsa barbacoa y papas bravas / Ensalada de remolacha y zanahoria rallada</p> <p>Pork bondiola with barbecue sauce and "bravas" potatoes / Beet and grated carrot salad</p>	<p>Medallón de pollo con arroz encebollado</p> <p>Chicken medallion with onion rice</p>	<p>Vacío y chorizo al horno con papas rústicas/ ensalada de lechuga, tomate y cebolla</p> <p>Baked meat and chorizo with rustic potatoes / Lettuce, tomato and onion salad</p>	<p>Sorrentinos de verduras con salsa de champignones</p> <p>Vegetable sorrentinos with mushroom sauce</p>	<p>Colita de cuadril con puré/ Ensalada de tomate y pepino</p> <p>Meat with mashed potatoes / Tomato and cucumber salad</p>
<b>OPCIONAL 1 / OPTIONAL 1</b>						
<p>Suprema de pollo con salsa champignones y arroz amarillo</p> <p>Chicken supreme with mushroom sauce with yellow rice</p>	<p>Ravioles capresse con salsa de tomate y panceta</p> <p>Capresse ravioli with bacon and tomato sauce</p>	<p>Ravioles de jamón y queso con tuco de pollo</p> <p>Jam and cheese ravioli with chicken ragu</p>	<p>Tallarines verdes con tuco de carne</p> <p>Green noodles with meat "tuco"</p>	<p>Cintas al huevo con salsa de pollo y pesto</p> <p>Egg ribbons with chicken and "pesto" sauce</p>	<p>Muslo de pollo al curry con papas noisette</p> <p>Chicken thigh curry with noisette potatoes</p>	<p>Mostacholes con estofado de pollo</p> <p>Mostacholes with chicken stew</p>
<b>OPCIONAL 2 / OPTIONAL 2</b>						
<p>Raviolones de masa verde rellenos de calabaza con salsa 4 quesos</p>	<p>Empanada de carne con ensalada de repollo, maíz y jamón</p>	<p>Milanesa de pescado con puré de calabaza / Breaded fish with</p>	<p>Torta gallega con ensalada jardinera / Galician cake with</p>	<p>Chop suey de cerdo con arroz / Pork chop suey with rice</p>	<p>Zapallitos rellenos de carne con arroz.</p>	<p>Pescado al horno con salsa de tomate, zanahoria, morrón y</p>



# Menú semanal

UPM2

Stuffed green dough ravioli with pumpkin with four cheese sauce	Meat patty with cabbage, corn and jam salad	mashed pumpkins	garden salad		Green pumpkin stuffed with meat and with rice.	cebolla con boniatos al horno  Baked fish with tomato, carrot, onion and bell pepper sauce
Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread
Torta de chocolate / Fruta  Chocolate cake / Fruit	Crema de dulce de leche / Fruta  Dulce de leche cream / Fruit	Alfajor de chocolate / Fruta  Chocolate alfajor / Fruit	Crema de chocolate / Fruta  Chocolate cream / Fruit	Torta marmolada / Fruta  Marbled cake / Fruit	Arroz con leche / Fruta  Rice with milk / Fruit	Salchichón de chocolate / Fruta  Chocolate roll / Fruit



## Menú Vegetariano / Vegetarian menu

DÍA 1 / DAY 1	DÍA 2 / DAY 2	DÍA 3 / DAY 3	DÍA 4 / DAY 4	DÍA 5 / DAY 5	DÍA 6 / DAY 6	DÍA 7 / DAY 7
<p>Tortilla de papa con ensalada de lentejas, huevo y perejil</p> <p>Potato omelette with lentil, egg and parsley salad</p>	<p>Tarta capresse con ensalada de zanahoria rallada y repollo</p> <p>Capresse pie with grated carrot and cabbage salad</p>	<p>Milanesas de berenjena con brócoli a la crema / Ensalada de remolacha y zanahoria rallada</p> <p>Breaded eggplant with broccoli cream / Beetroot and grated carrot salad</p>	<p>Tarta de verduras con ensalada jardinera</p> <p>Vegetables pie with garden salad</p>	<p>Milanesas de soja a la suiza con salsa fileto y puré de papas / Ensalada de brócoli y calabaza</p> <p>Soy breaded ("Milanesas") with fileto sauce and mashed potatoes / Broccoli and pumpkins salad</p>	<p>Milhojas de vegetales con ensalada de quinoa, tomate y maíz</p> <p>Vegetables millefeuille with quinoa, tomato and corn salad.</p>	<p>Tarta de puerro / Ensalada de tomate y pepino</p> <p>Leek pie / Tomato and cucumber salad</p>
Pan / Bread	Pan/ Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan / Bread	Pan/ Bread	Pan / Bread
<p>Torta de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate cake / Fruit</p>	<p>Crema de dulce de leche / Fruta</p> <p>Dulce de leche cream / Fruit</p>	<p>Alfajor de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate alfajor / Fruit</p>	<p>Crema de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate cream / Fruit</p>	<p>Torta marmolada / Fruta</p> <p>Marbled cake / Fruit</p>	<p>Arroz con leche/ Fruta</p> <p>Rice with milk / Fruit</p>	<p>Salchichón de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate roll / Fruit</p>



# Menú semanal

UPM2

## Menú diético / Diet menu

DÍA 1 / DAY 1	DÍA 2 / DAY 2	DÍA 3 / DAY 3	DÍA 4 / DAY 4	DÍA 5 / DAY 5	DÍA 6 / DAY 6	DÍA 7 / DAY 7
<p>Suprema de pollo sin sal con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Chicken supreme (unsalt) with tomato and lettuce salad</p>	<p>Pastel de calabaza y espinaca con ensalada de zanahoria rallada y repollo</p> <p>Spinach and pumpkin pie with grated carrot and cabbage salad</p>	<p>Ñoquis de espinaca y calabaza con salsa de tomate y cebolla sin sal</p> <p>Spinach and pumpkin gnocchi with unsalted tomato and onion sauce</p>	<p>Pescado a la provenzal (a la plancha) con puré de calabaza – Ensalada jardinera</p> <p>Provençal baked fish with mashed pumpkin / Garden salad</p>	<p>Carne al horno con ensalada de brócoli y calabaza</p> <p>Baked meat with broccoli and pumpkin salad</p>	<p>Budín de cebolla y queso con ensalada de coliflor, zanahoria y huevo</p> <p>Onion and cheese pudding with coliflower, carrot and egg salad</p>	<p>Creps de espinaca y queso magro con ensalada de tomate y pepino</p> <p>Spinack and lean cheese creps with tomato and cucumber salad</p>
Pan/ Bread	Pan / Bread	Pan/ Bread	Pan / Bread	Pan/ Bread	Pan / Bread	Pan/ Bread
<p>Torta de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate cake / Fruit</p>	<p>Crema de dulce de leche / Fruta</p> <p>Dulce de leche cream / Fruit</p>	<p>Alfajor de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate alfajor / Fruit</p>	<p>Crema de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate cream / Fruit</p>	<p>Torta marmolada / Fruta</p> <p>Marbled cake / Fruit</p>	<p>Arroz con leche/ Fruta</p> <p>Rice with milk / Fruit</p>	<p>Salchichón de chocolate / Fruta</p> <p>Chocolate roll / Fruit</p>



# Menú semanal

UPM2

## Menú celíaco / Celiac menu

DÍA 1 / DAY 1	DÍA 2 / DAY 2	DÍA 3 / DAY 3	DÍA 4 / DAY 4	DÍA 5 / DAY 5	DÍA 6 / DAY 6
<p>Suprema de pollo sin sal con ensalada de lechuga y tomate.</p> <p>Chicken supreme (unsalt) with tomato and lettuce salad</p>	<p>Pastel de calabaza y espinaca. Ensalada de zanahoria rallada y repollo</p> <p>Pumpkin and spinach pie. Grated carrot and cucumber salad</p>	<p>Bondiola de cerdo con papas bravas / Ensalada de remolacha y zanahoria rallada</p> <p>Pork bondiola with spicy potatoes / Beet and grated carrot salad</p>	<p>Pescado a la provenzal con puré de calabaza. Ensalada jardinera.</p> <p>Baked fish with pumpkin mashed. Garden salad.</p>	<p>Vacío con papas rústicas. Ensalada de lechuga, tomate y cebolla.</p> <p>Baked meat with rustic potatoes. Lettuce, tomato and onion salad.</p>	<p>Milhojas de vegetales con ensalada de quinoa, tomate y maíz</p> <p>Vegetables millefeuille with quinoa, tomato and corn salad.</p>
Pan sin gluten / Gluten free bread	Pan sin gluten / Gluten free bread	Pan sin gluten / Gluten free bread	Pan sin gluten / Gluten free bread	Pan sin gluten / Gluten free bread	Pan sin gluten / Gluten free bread
Fruta / Fruit	Postre lácteo (apto para celíaco) / Dairy dessert (suitable for celiac)	Fruta / Fruit	Postre lácteo (apto para celíaco) / Dairy dessert (suitable for celiac)	Fruta / Fruit	Postre lácteo (apto para celíaco) / Dairy dessert (suitable for celiac)



# Menú semanal

UPM2

## Sopas

SOPAS						
Sopa de calabaza Pumpkin soup	Sopa de espinaca y zanahoria Spinach and carrot soup	Sopa de maíz Corn soup	Sopa de vegetales y fideos Noddles and vegetables soup	Sopa de vegetales Vegetables soup	Sopa de verdura y sémola Vegetables and semolina soup	Sopa de arvejas Chickpeas soup