

# MENÚ OCTUBRE 2026



Cocina saludable con sabor a Integración



**El Saliente**  
ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

|                                                                 |                                                                    |                                                               |                                                                           |                                                         |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|                                                                 |                                                                    |                                                               | 01 Acelgas esparragadas<br>Ternera en salsa<br>Postre                     | 02 Berza<br>Albóndigas mixtas en salsa<br>Postre        |
| 05 Puré de verduras<br>Carne con tomate y patatas<br>Postre     | 06 Sopa de marisco<br>Pollo al horno con patatas<br>Postre         | 07 Cazuela de fideos con pollo<br>Berenjena rellena<br>Postre | 08 Guiso de carne con patatas<br>Bacalao con tomate<br>Postre             | 09 Trigo<br>Tortilla de coliflor<br>Postre              |
| 12 Potaje de habichuelas<br>Merluza frita con brócoli<br>Postre | 13 Guisillo de ternera<br>Tortilla de patatas<br>Postre            | 14 Gurullos con costilla<br>Ensalada variada<br>Postre        | 15 Espirales con tomate y atún<br>Pavo encebollado con ciruelas<br>Postre | 16 Lentejas con pollo<br>Calabacín relleno<br>Postre    |
| 19 Sopa de picadillo<br>Salmón a la naranja<br>Postre           | 20 Migas con pimientos y boquerones<br>Caldo de pimentón<br>Postre | 21 Lacitos a la boloñesa<br>Revuelto de verduras<br>Postre    | 22 Cocido andaluz<br>Tabernero con carne<br>Postre                        | 23 Crema de calabacín<br>Merluza en cuajadera<br>Postre |
| 26 Lentejas con chorizo<br>Pollo con champiñones<br>Postre      | 27 Ensaladilla rusa<br>Lomo a la pimienta<br>Postre                | 28 Arroz mixto<br>Ensalada variada<br>Postre                  | 29 Acelgas esparragadas<br>Ternera en salsa<br>Postre                     | 30 Berza<br>Albóndigas mixtas en salsa<br>Postre        |

☎ 950 14 06 84 / 679 95 24 78 (CATERING ALMERÍA) – 950 12 09 03 / 638 86 37 28 (CATERING ALBOX)  
PRECIO MENÚ: SOCIOS 3,74 EUROS – NO SOCIOS 4,4 EUROS – INCLUYE PIEZA DE FRUTA Y PAN – SUPERVISIÓN NUTRICIONAL



SERVICIO DE ENTREGA A DOMICILIO:  
SOCIOS 5,20 EUROS – NO SOCIOS 5,80 EUROS