










































Alergia e intolerancia a las LEGUMBRES

| Lunes Monday | Martes Tuesday | Miércoles Wednesday | Jueves Thursday | Viernes Friday |
|---|---|---|---|---|
| | | | | 1 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc |
| | <p>¡Disfruta con nosotros de “Un comedor de película”!</p> <p>Síguenos en  y entérate de nuestras actividades</p> |  | | <p>Sopa de picadillo con estrellitas </p> <p><i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Palometa a la andaluza con ensalada +S </p> <p><i>Fried fish with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> |
| 04 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc | 05 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc | 06 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc | 07 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc | 08 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc |
| <p>Macarrones a la boloñesa </p> <p><i>Spaguetti with tomato</i></p> <p>Calamares (rabas de calamar) a la romana con ensalada +S </p> <p><i>fried squid with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Crema de verduras frescas+S</p> <p><i>Cream of vegetables</i></p> <p>Merluza empanada con ensalada+S </p> <p><i>Hake pie with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Patatas estofadas con verduras +S</p> <p><i>Potatoes with vegetables</i></p> <p>Huevos a la flamenca </p> <p><i>Baked eggs with ham and pea</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Coliflor al horno con bechamel +S </p> <p><i>Cauliflower bechamel</i></p> <p>Albóndigas a la jardinera con patatas</p> <p><i>Meatball with chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Sopa de cocido con fideos </p> <p><i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Cocido completo (hortalizas y carne +S</p> <p><i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> |
| 11 720 Kcal 32,7 Prot 38,3 Lip 58,9 Hc | 12 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc | 13 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc | 14 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc | 15 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc |
| <p>Crema de verduras+S</p> <p><i>Cream of vegetables</i></p> <p>Filete de Sajonia con zanahoria asada +S</p> <p><i>tenderlaid with carrots</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Patatas con bacalao+S </p> <p><i>Stewed potatoes with cod</i></p> <p>Huevos con bechamel con champiñón y virutas de pavo+S </p> <p><i>Baked eggs with turkey and mushroom</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Paella+S </p> <p><i>Paella</i></p> <p>Ventresca de bacalao a la romana con ensalada+S </p> <p><i>Roasted cod with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Salteado de verduras tiernas +S</p> <p><i>Sautéed from tender vegetables</i></p> <p>Pollo asado con lechuga, tomate y maiz</p> <p><i>Roasted Chicken with chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Macarrones con verduras +S</p> <p><i>Macarroni with vegetables</i></p> <p>Rape en salsa marinera con patata hervida </p> <p><i>Monkfish in seafood sauce with boiled potato</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> |
| 18 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc | 19 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc | 20 624 Kcal 36 Prot 32,8 Lip 43,8 Hc | 21 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc | 22 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc |
| <p>Fideuá </p> <p><i>Fideuá</i></p> <p>Bienmesabe con ensalada +S </p> <p><i>Marinated dogfish with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Patatas estofadas con chorizo +S</p> <p><i>Potatoes with sausage</i></p> <p>Tortilla de calabacín con ensalada </p> <p><i>Zucchini Omelet and salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Crema de brócoli+S</p> <p><i>Cream of broccol</i></p> <p>Merluza con patatas +S </p> <p><i>Hake with Chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Sopa de la marmita con fideos </p> <p><i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Cocido completo (hortalizas y carne)+S</p> <p><i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Acelgas salteadas al ajoarriero+S</p> <p><i>Chard sauteed with boiled potatoes</i></p> <p>Muslitos de pollo a la cazadora con arroz integral</p> <p><i>Roasted Chicken with brown rice</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> |
| 25 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc | 26 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc | 27 681 Kcal 34,9 Prot 31,6 Lip 64 Hc | 28 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc | |
| <p>Patatas estofadas con chorizo +S</p> <p><i>Potatoes with sausage</i></p> <p>Ventresca de merluza al horno con champiñón+S </p> <p><i>Roasted hake with mushroom</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Coditos a la carbonara </p> <p><i>Pasta carbonara</i></p> <p>San Jacobo casero con ensalada+S </p> <p><i>Homemade cordon bleu with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Crema de zanahorias y puerro+S</p> <p><i>Cream of carrots</i></p> <p>Ternera estofada con patatas dado</p> <p><i>Beef ragout with potatoes</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | <p>Sopa de la marmita con fideos </p> <p><i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Cocido completo (hortalizas y carne)+S</p> <p><i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan </p> <p><i>Fresh fruit and bread</i></p> | |