

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



GLUTEN CRUSTÁCEOS HUEVOS PESCADO CACAHUETE SOJA LÁCTEOS F.CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITOS ALTRAMUZ MOLUSCOS
A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>01</p> <p>Crema de verduras Magro de cerdo con tomate y patatas Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:452kcal/1889Kj; Gr:24g; GrSat:4g; HC:26g; Az:13g; Fib:4g; Pr:31g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>02</p> <p>Lentejas de la abuela / estofadas con chorizo Dados de bacalao rebozados a la madrileña Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan sin gluten</p> <p>En:864kcal/3619Kj; Gr:42g; GrSat:5g; HC:69g; Az:27g; Fib:1g; Pr:52g; Sal:4g; A: T: </p>	<p>03</p> <p>Patatas a la marinera Tortilla de jamón Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:417kcal/1750Kj; Gr:15g; GrSat:3g; HC:45g; Az:14g; Fib:7g; Pr:22g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>04</p> <p>Judías verdes salteadas Pollo a la plancha Arroz integral hervido /salteado con ajos Gelatina de frutas Pan sin gluten</p> <p>En:651kcal/2730Kj; Gr:29g; HC:45g; Az:6g; Fib:1g; Pr:52g; Sal:1g; A: T: </p>
<p>07</p> <p>Parihuela de pescado Quesadillas con pico de gallo Guacamole Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:420kcal/1770Kj; Gr:10g; GrSat:2g; HC:62g; Az:15g; Fib:5g; Pr:18g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>08</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas Pavo en salsa Puré de boniato Yogur Pan sin gluten</p> <p>En:669kcal/2824Kj; Gr:15g; GrSat:3g; HC:85g; Az:28g; Fib:1g; Pr:48g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>09</p> <p>Crema de calabaza Huevo con arroz a la cubana Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:621kcal/2618Kj; Gr:15g; GrSat:1g; HC:109g; Az:89g; Fib:5g; Pr:10g; A: T: </p>	<p>10</p> <p>Sopa de pollo con quinoa Merluza empanada casera Ensalada de lechuga y maíz Batido de chocolate Pan sin gluten</p> <p>En:748kcal/3147Kj; Gr:24g; GrSat:2g; HC:95g; Az:33g; Fib:4g; Pr:36g; Sal:3g; A: T: </p>	<p>11</p> <p>Guiso de frijoles negros con arroz Picana boliviana de ternera con patatas Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:488kcal/2056Kj; Gr:8g; GrSat:1g; HC:65g; Az:38g; Fib:16g; Pr:31g; Sal:1g; A: T: </p>
<p>14</p> <p>Pasta a la boloñesa Tortilla de bonito Ensalada de lechuga y manzana Yogur Pan sin gluten</p> <p>En:844kcal/3549Kj; Gr:28g; GrSat:9g; HC:104g; Az:34g; Fib:6g; Pr:41g; Sal:3g; A: T: </p>	<p>15</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras variadas San Jacobo de pollo Champiñón laminado Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:704kcal/2934Kj; Gr:42g; GrSat:4g; HC:56g; Az:27g; Fib:11g; Pr:20g; Sal:3g; A: T: </p>	<p>16</p> <p>Paella mixta Fogonero en salsa Zanahorias asadas Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:648kcal/2733Kj; Gr:16g; HC:92g; Az:89g; Fib:2g; Pr:33g; Sal:6g; A: T: </p>	<p>17</p> <p>Duo de brócoli y coliflor salteado Cinta de lomo adobada al horno / a la plancha Patatas fritas Natillas Pan sin gluten</p> <p>En:515kcal/2150Kj; Gr:29g; GrSat:4g; HC:31g; Az:18g; Fib:5g; Pr:30g; Sal:4g; A: T: </p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido completo Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:609kcal/2551Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:43g; Az:12g; Fib:2g; Pr:43g; Sal:1g; A: T: </p>
<p>21</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas Croquetas de jamón Ensalada de lechuga y tiras de york Yogur Pan sin gluten</p> <p>En:676kcal/2839Kj; Gr:26g; GrSat:6g; HC:71g; Az:33g; Fib:3g; Pr:38g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>22</p> <p>Paella de marisco Tortilla paisana Calabacín salteado Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:677kcal/2852Kj; Gr:19g; GrSat:2g; HC:101g; Az:94g; Fib:3g; Pr:24g; Sal:3g; A: T: </p>	<p>23</p> <p>Pasta con tomate Salmón en salsa con guisantes Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:805kcal/3401Kj; Gr:13g; GrSat:1g; HC:125g; Az:17g; Fib:8g; Pr:43g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>24</p> <p>Menestra de verduras / Salteado de verduras Escalope de cerdo en salsa Arroz integral hervido /salteado con ajos Fruta fresca y vaso de leche Pan sin gluten</p> <p>En:667kcal/2813Kj; Gr:13g; GrSat:2g; HC:97g; Az:32g; Fib:11g; Pr:35g; A: T: </p>	<p>25</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:588kcal/2475Kj; Gr:18g; HC:47g; Az:13g; Fib:3g; Pr:58g; Sal:1g; A: T: </p>
<p>28</p> <p>Crema de zanahorias Hamburguesa de pollo a la hortelana Yogur Pan sin gluten</p> <p>En:585kcal/2450Kj; Gr:27g; GrSat:4g; HC:53g; Az:32g; Fib:5g; Pr:30g; Sal:4g; A: T: </p>	<p>29</p> <p>Guisantes salteados con jamón Escalope de pollo a la milanesa Patatas fritas Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:510kcal/2131Kj; Gr:28g; GrSat:5g; HC:23g; Az:12g; Fib:3g; Pr:40g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>30</p> <p>Patatas estofadas a la riojana / con chorizo Limanda a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:688kcal/2864Kj; Gr:46g; GrSat:8g; HC:30g; Az:13g; Fib:5g; Pr:36g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>31</p> <p>Sopa de cocido completo Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan sin gluten</p> <p>En:609kcal/2551Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:43g; Az:12g; Fib:2g; Pr:43g; Sal:1g; A: T: </p>	