

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>03</p>	<p>04</p> <p>Pasta con tomate y jamón de york Tortilla francesa Guisantes salteados Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:692kcal/2908Kj; Gr:24g; GrSat:3g; HC:84g; Az:15g; Fib:6g; Pr:32g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>05</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras basal Hamburguesa de vacuno a la plancha Champiñón laminado Gelatina de frutas Pan blanco</p> <p>En:390kcal/1628Kj; Gr:22g; GrSat:1g; HC:16g; Az:9g; Fib:4g; Pr:30g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>06</p> <p>Menestra de verduras / Salteado de verduras Filete de pollo empanado casero Patatas fritas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:574kcal/2406Kj; Gr:22g; GrSat:1g; HC:59g; Az:23g; Fib:12g; Pr:29g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>07</p> <p>Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo adobada a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Natillas Pan blanco</p> <p>En:496kcal/2075Kj; Gr:24g; GrSat:6g; HC:40g; Az:19g; Fib:6g; Pr:27g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>
<p>10</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas Quesadillas de jamón y queso Ensalada de lechuga y tiras de york Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:433kcal/1827Kj; Gr:9g; GrSat:1g; HC:52g; Az:16g; Fib:4g; Pr:34g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>11</p> <p>Judías verdes salteadas con bacon Albóndigas de ternera caseras a la hortelana Patatas fritas Yogur Pan blanco</p> <p>En:803kcal/3347Kj; Gr:51g; GrSat:12g; HC:47g; Az:29g; Fib:4g; Pr:37g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>12</p> <p>Arroz campero Cinta de lomo en salsa con guisantes Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:631kcal/2664Kj; Gr:13g; GrSat:4g; HC:100g; Az:94g; Fib:3g; Pr:27g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>13</p> <p>Sopa de cocido completo Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:609kcal/2551Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:43g; Az:12g; Fib:2g; Pr:43g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>14</p> <p>Pasta a la boloñesa Pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:862kcal/3630Kj; Gr:24g; GrSat:5g; HC:92g; Az:17g; Fib:7g; Pr:66g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>
<p>17</p> <p>Pasta salteadas con verduras al estilo wok Salchichas frankfurt de ave con tomate Ensalada de lechuga y manzana Yogur Pan integral</p> <p>En:584kcal/2465Kj; Gr:12g; GrSat:2g; HC:93g; Az:32g; Fib:4g; Pr:24g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>18</p> <p>Alubias pintas estofadas con chorizo San Jacobo casero Ensalada de lechuga aceitunas y maiz Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:838kcal/3517Kj; Gr:26g; GrSat:6g; HC:92g; Az:16g; Fib:24g; Pr:47g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>19</p> <p>Coliflor salteada / ajoarriero Magro de cerdo con tomate y patatas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:375kcal/1568Kj; Gr:17g; GrSat:4g; HC:18g; Az:17g; Fib:9g; Pr:33g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>20</p> <p>Crema de verduras Pollo asado al horno Arroz hervido /salteado con ajos Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:715kcal/3008Kj; Gr:23g; HC:73g; Az:51g; Fib:4g; Pr:52g;</p> <p>A: T: </p>	<p>21</p> <p>Patatas estofadas a la riojana / con chorizo Tortilla francesa Ensalada primavera Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:664kcal/2770Kj; Gr:40g; GrSat:9g; HC:38g; Az:13g; Fib:4g; Pr:36g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>
<p>24</p> <p>Pasta con tomate Huevos revueltos con pavo Rodajas de tomate Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:752kcal/3172Kj; Gr:16g; GrSat:3g; HC:117g; Az:17g; Fib:8g; Pr:31g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>25</p> <p>Lentejas de la abuela / estofadas con chorizo Pollo a la plancha Ensalada de lechuga y queso Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:628kcal/2643Kj; Gr:20g; HC:30g; Az:13g; Fib:2g; Pr:81g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>26</p> <p>Brócoli salteado con jamón Filete ruso casero en salsa Arroz hervido /salteado con ajos Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:732kcal/3057Kj; Gr:42g; GrSat:14g; HC:57g; Az:52g; Fib:3g; Pr:30g; Sal:6g;</p> <p>A: T: </p>	<p>27</p> <p>Cous cous con verduras y pollo Pavo en salsa con guisantes Yogur Pan blanco</p> <p>En:688kcal/2904Kj; Gr:14g; GrSat:2g; HC:97g; Az:31g; Fib:5g; Pr:41g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>28</p> <p>Garbanzos guisados con verduras variadas Pollo al ajillo con patata fritas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:490kcal/2057Kj; Gr:18g; HC:36g; Az:16g; Fib:6g; Pr:43g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>
<p>31</p> <p>Arroz a la milanesa Huevos a la flamenca con jamón, chorizo y guisantes Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:795kcal/3344Kj; Gr:27g; GrSat:7g; HC:104g; Az:95g; Fib:2g; Pr:33g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>				

IDENTIFICACIÓN ALÉRGICOS



GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETE



SOJA



LÁCTEOS



F.CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



SULFITOS



ALTRAMUZ



MOLUSCOS

A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos