

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1



Energía en kcal. Proteínas, lípidos e hidratos de carbono en gramos.

Los datos que se muestran de la valoración nutricional son aproximados.

En nuestros comedores, disponemos de servicio SHOWCOOKING en directo y cocina in situ personalizado.

S/H=Sin Huevo

TODOS LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO

ESTÁN ADAPTADOS.



4	5	6	7	8
			Crema de verduras/ Vegetable cream	
			Buffet de ensalada	
			Pollo a la plancha	
			Grilled chicken	FESTIVO
			Patatas fritas	
			Fruta variada/ Fruit	
			KCal 798 HC 37 Prot 32 Lip 87	
11	12	13	14	15
Espaguetti S/H tomate	Lentejas estofadas	Crema de calabacín	Arroz con tomate	Judías verdes
Gratin pasta	Lentils with vegetables	Zucchini cream	Tomato Rice	Green beans
Filete/Steak	Quinoa con verduritas	Coliflor Gratinada	Rissoto de setas	Cous cous con verduras
Lechuga/Lettuce	Hamburguesa con tomate	Salchichas frescas a la plancha	Filetes de Merluza	Pollo asado
Fruta variada/ Fruit	Burger with tomato	Fresh Sausages	Hake in butter	Roasted chicken
KCal 722 HC 44 Prot 30 Lip 82	Lechuga/Lettuce	Tomates aliñados	Lechuga/Lettuce	Patata asada
	Yogurt	Fruta almíbar	Danonino	Fruta variada/ Fruit
	KCal 780 HC 46 Prot 25 Lip 82	KCal 502 HC 25 Prot 22 Lip 51	KCal 441 HC 24 Prot 25 Lip 30	KCal 726 HC 41 Prot 28 Lip 62
18	19	20	21	22
Garbanzos guisados	Arroz con tomate	Sopa de fideos S/H /Soup	Macarrones S/H gratinados	Alubias con verduritas
Stewed Chickpeas	Tomato Rice	Buffet de ensalada	Gratin pasta	Beans with vegetables
Hummus de garbanzos	Arroz zamorana	Pollo a la plancha	Macarrones carbonara	Quinoa con verduritas
Filete/Steak	Filete de lenguadina/ Breaded sole	Grilled chicken	Filete de lomo /Loin Steak	Albóndigas en salsa/Meatballs
Ensalada/Salad	Lechuga/Lettuce	Patatas fritas	Pimientos de piquillo	Lechuga/Lettuce
Fruta variada/ Fruit	Yogurt	Fruta en almíbar/Fruit in syrup	Gelatina	Fruta variada/ Fruit
KCal 759 HC 41 Prot 32 Lip 67	KCal 441 HC 24 Prot 25 Lip 30	KCal 580 HC 27 Prot 19 Lip 59	KCal 525 HC 36 Prot 21 Lip 48	KCal 381 HC 25 Prot 21 Lip 23
25	26	27	28	29
Patatas a la riojana	Lentejas con verduritas	Coditos S/H boloñesa	Crema de verduras	Arroz con tomate/ Tomato Rice
Potatoes with sausages	Lentils with vegetables	Bolognese Pasta	Vegetable cream	Ensalada de arroz
Ensalada Campera	Guisantes con jamón	Coditos al pesto	Verduras salteadas	Salchichas frescas a la plancha
Pollo asado /Roasted chicken	Filete/Steak	Filetes de Merluza Hake in butter	Hamburguesa con tomate /Burger	Fresh Sausages
Champiñones	Ensalada/Salad	Ensalada/Salad	Ensalada/Salad	Calabacín
Fruta variada/ Fruit	Yogurt	Fruta en almíbar/Fruit in syrup	Natilla	Fruta variada/ Fruit
KCal 566 HC 22 Prot 28 Lip 53	KCal 759 HC 41 Prot 32 Lip 67	KCal 662 HC 26 Prot 28 Lip 76	KCal 662 HC 26 Prot 28 Lip 76	KCal 722 HC 44 Prot 30 Lip 82

