



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>02.03.20</p> <p>PISTO DE VERDURAS ●</p> <p>ESPAGUETIS CON SALSA DE POLLO Y CURRY</p> <p>ESPAGUETIS NAPOLITANA ●</p> <p>TOMATES ALIÑADOS CON TACOS DE MOZARELLA ●</p> <p>FRUTA</p> <p>886.4 115.6 21.8 34.0</p>	<p>03.03.20</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS CON QUESO TIERNO ●</p> <p>ATÚN A LA PLANCHA</p> <p>ATÚN AL HORNO CON SALSA DE SOJA/MIEL</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>PISTO DE VERDURAS</p> <p>783.4 56.9 47.86 39.5</p>	<p>04.03.20</p> <p>GAZPACHO ●</p> <p>BURGUER MIXTA CON SALSA BARBACOA</p> <p>BURGUER MIXTA A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA COL Y ZANAHORIA / QUESO GOUDA ▼</p> <p>FRUTA</p> <p>BURGUER VEGETARIANAS</p> <p>746.9 86.3 26.6 27.4</p>	<p>05.03.20</p> <p>POTAJE DE VERDURAS ●</p> <p>PESCADO A LA PORTUGUESA</p> <p>FOGONERO A LA PLANCHA</p> <p>GUISANTES SALTEADOS ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>TORTILLA FRANCESA</p> <p>842.1 52.8 51.8 39.0</p>	<p>06.03.20</p> <p>SOPA DE POLLO</p> <p>PECHUGA DE POLLO EMPANADA</p> <p>PECHUGA A LA PLANCHA</p> <p>PAPAS FRITAS / ENSALADA MIXTA ●</p> <p>HELADO</p> <p>SOPA MINISTRÓN / SALTEADO DE CALABACÍN</p> <p>939.0 91.4 45.3 42.9</p>
<p>09.03.20</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA ●</p> <p>ESTOFADO DE POLLO</p> <p>BULGUR CON GARBANZOS ●</p> <p>ENSALADA VERDE (LECHUGA, PEPINO, MILLO)</p> <p>FRUTA</p> <p>615.0 53.9 30.1 28.6</p>	<p>10.03.20</p> <p>POTAJE DE VERDURAS CON QUESO TIERNO ●</p> <p>SALMÓN A LA PLANCHA</p> <p>SALMÓN AL HORNO CON LIMÓN Y ENELDO</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS / PISTO DE VERDURAS ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>ROLLITOS DE PRIMAVERA</p> <p>696.9 50.3 5.1 34.4</p>	<p>11.03.20</p> <p>CREMA DE BERROS ●</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA ●</p> <p>SALTEADO DE HUEVO Y CANGREJO</p> <p>QUINOA CON VERDURAS ●</p> <p>FRUTA</p> <p>595.7 80.3 16.2 20.3</p>	<p>12.03.20</p> <p>SOPA DE PESCADO Y ARROZ</p> <p>PESCADO A LA ANDALUZA</p> <p>PALOMETA A LA PLANCHA</p> <p>PAPAS ARRUGADAS / MOJO ROJO</p> <p>LÁCTEO</p> <p>TEMPURA DE VERDURAS</p> <p>512.5 76.3 25.4 12.5</p>	<p>13.03.20</p> <p>CALDO DE MILLO CON QUESO TIERNO ●</p> <p>CANELONES DE CARNE</p> <p>CANELONES VERDES CON RICOTA ●</p> <p>ENSALADA MIXTA ●</p> <p>FRUTA</p> <p>836.9 48.5 42.0 51.7</p>
<p>16.03.20</p> <p>PARRILLADA DE VERDURAS ●</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA ●</p> <p>SALTEADO DE HUEVO Y PIMIENTOS TRICOLOR ●</p> <p>ENS DE LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y QUESO ●</p> <p>FRUTA</p> <p>633.7 74.7 17.7 25.8</p>	<p>17.03.20</p> <p>POTAJE DE VERDURAS ●</p> <p>FOGONERO ENCEBOLLADO</p> <p>FILETE DE FOGONERO A LA PLANCHA</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>PISTO DE VERDURAS</p> <p>543.5 56.4 42.3 15.9</p>	<p>18.03.20</p> <p>RANCHO CANARIO ●</p> <p>ARROZ TRES CARNES (POLLO, TERNERA Y CERDO)</p> <p>ARROZ CON SETAS ●</p> <p>TEMPURE CON VERDURAS ●</p> <p>FRUTA</p> <p>620.5 106.5 20.2 11.9</p>	<p>19.03.20</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS Y QUESO TIERNO ●</p> <p>CROQUETAS DE PESCADO</p> <p>CROQUETAS VEGETALES ●</p> <p>ARROZ INTEGRAL Y QUINOA ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>1118.3 121.4 31.1 55.8</p>	<p>20.03.20</p> <p>SOPA DE POLLO</p> <p>PECHUGA DE POLLO CON AJO Y PEREJIL</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADILLA RUSA ●</p> <p>FRUTA</p> <p>PARRILLADA DE VERDURAS</p> <p>998.1 95.3 55.5 41.6</p>
<p>23.03.20</p> <p>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES ●</p> <p>ALBÓNDIGAS AL HORNO CON TOMATE</p> <p>ALBÓNDIGAS AL HORNO EN SU JUGO</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS / ENSALADILLA DE VERDURAS ●</p> <p>FRUTA</p> <p>BURGUER VEGETARIANAS</p> <p>574.5 86.4 21.3 14.4</p>	<p>24.03.20</p> <p>POTAJE DE BERROS Y JUDÍAS ●</p> <p>FILETE DE FOGONERO EMPANADO</p> <p>FOGONERO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA MIXTA / COLIFLOR CON BRECOL ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>VARITAS DE VERDURAS</p> <p>651.8 56.8 28.6 33.6</p>	<p>25.03.20</p> <p>SOPA DE TERNERA</p> <p>MUSLO DE POLLO A LA CASERA</p> <p>MUSLO DE POLLO EN SU JUGO</p> <p>ARROZ BLANCO ●</p> <p>FRUTA</p> <p>SOPA MINISTRÓN / TORTILLA FRANCESA</p> <p>984.9 109.3 47.2 38.3</p>	<p>26.03.20</p> <p>POTAJE DE VERDURAS Y QUESO TIERNO ●</p> <p>CHURROS DE PESCADO</p> <p>MERLUZ AL HORNO</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS CON MOJO DE LIMÓN ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>PARRILLADA DE VERDURAS</p> <p>736.9 50.9 36.1 32.7</p>	<p>27.03.20</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA</p>
<p>30.03.20</p> <p>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES ●</p> <p>ROPA VIEJA DE POLLO</p> <p>BULGUR CON GARBANZOS ●</p> <p>ENSALADA VERDE (LECHUGA, PEPINO, MILLO) ●</p> <p>FRUTA</p> <p>910.7 88.9 76.8 28.9</p>	<p>31.03.20</p> <p>CREMA DE CALABAZA ●</p> <p>RABAS DE CALAMAR</p> <p>PAPAS SANCOCHADAS CON MOJO ROJO ●</p> <p>LÁCTEO</p> <p>TEMPURA DE VERDURAS</p> <p>855.6 72.6 37.0 45.3</p>			

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- ENERGÍA (KCAL)
- HIDRATOS CARBONO (GRS)
- PROTEÍNAS (GRS)
- LÍPIDOS (GRS)

INFORMACIÓN ALÉRGICOS

- 01 CEREALES CON GLUTEN
- 02 LECHE
- 03 HUEVO
- 04 PESCADO
- 05 MOLUSCOS
- 06 CRUSTÁCEOS
- 07 FRUTOS DE CÁSCARA
- 08 CACAHUETE
- 09 SOJA
- 10 APIO
- 11 MOSTAZA
- 12 ALTRAMUZ
- 13 SÉSAMO
- 14 SULFITOS

EN DIETAS POR ALERGIAS O INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS, EL PLATO Y/O CONDICIONES DE ELABORACIÓN SE MODIFICAN PARA QUE NO PRESENTE EL ALÉRGICO

EL MENÚ PUEDE VARIAR POR CAUSAS JUSTIFICADAS CON LA FINALIDAD DE ADAPTARNOS A LAS CONDICIONES DEL MERCADO Y/O PRODUCCIÓN DIARIA

NUESTROS MENÚS ESTÁN SUPERVISADOS POR PERSONAL FORMADO EN NUTRICIÓN

PARA SU CONFECCIÓN NOS BASAMOS EN LA ESTRATEGIA NAOS Y EN LAS PARTICULARIDADES GASTRONÓMICAS DE CANARIAS

