

Lunes

05/04/2021
★Crema calabacín - Parrillada de verduras ★
Carne fiesta
Cinta de cerdo asada
★Burguer vegana
★Papas arrugadas
★Fruta

Ene 743,8 HdC 31,6 Pro 49,1 Lip 47,3

Martes

06/04/2021
★Potaje de verduras - Coliflor/Brecol ★
Arroz marinero con pescado ④ ⑤ ⑥ ⑭
★Arroz con verduras
★Pimientos asados
★Ens mixta ③ ④ ⑭
★Lácteo ②

Ene 948,1 HdC 137,4 Pro 47,2 Lip 23,1

Miércoles

07/04/2021
Sopa de pollo ① - Sopa de verduras ① ★
Muslo de pollo asado ⑭
Salt pollo con champiñones ⑭
★Salt champiñones y setas
★Arroz blanco
★Fruta

Ene 425,2 HdC 70,3 Pro 26,6 Lip 05,5

Jueves

08/04/2021
Caldo pescado ① ④ - Ens mixta ③ ④ ⑭ ★
Suprema de bacalao ④
Pescado a la plancha ④
★Guisantes con zanahorias
★Papas sancochadas
★Lácteo ②

Ene 501,4 HdC 71,5 Pro 22,2 Lip 14,7

Viernes

09/04/2021
★Ens col, zanahoria y queso ② ⑭
Pizza margarita de jamón ① ② ⑨ ⑪
★Pizza vegetal ① ②
★Aros de cebolla ①
★Papas fritas
★Fruta

Ene 548,5 HdC 69,2 Pro 19,5 Lip 22,5

12/04/2021
★Crema de verduras - Gazpacho ⑭ ★
Albóndigas con tomate ⑨ ⑭
Salt ternera con verduras ⑭
★Albondigas veganas ⑨
★Arroz blanco
★Fruta

Ene 358,1 HdC 38,3 Pro 22,4 Lip 11,7

13/04/2021
★Potaje de lentejas - Ens verde ★
Filete de pescado empanado ① ④
Pescado a la plancha ④
★Tempura de verduras ①
★Papas sancochadas
★Lácteo ②

Ene 472,1 HdC 59,9 Pro 26,2 Lip 12,7

14/04/2021
★Caldo de millo - Ens mixta ③ ④ ⑭ ★
Fingers de pollo ① ② ⑨ ⑪
★Pechuga de pollo al ajillo ⑭
★Cuscús con verduras ①
★Ensaladilla rusa ③ ④ ⑨
★Fruta

Ene 722,2 HdC 111,3 Pro 20,7 Lip 20,5

15/04/2021
Sopa de la casa ① - Sopa de verduras ① ★
★Pota en salsa ④ ⑤ ⑥
★Pescado a la plancha ④
★Coliflor rebozada ①
Papas arrugadas
★Lácteo ②

Ene 579,7 HdC 76,1 Pro 25,9 Lip 21,6

16/04/2021
★Potaje de judías blancas - Ens Caprese ② ★
Macarrones ①
Salsa carbonara ② ③
★Pasta con verduras ①
★Salteado de soja con verduras ⑨
★Fruta

Ene 826,7 HdC 163,6 Pro 28,9 Lip 03,9

19/04/2021
★Crema zanahorias - Tomates aliñados ② ★
Ropa vieja de pollo
Pechuga de pollo ⑭
★Quinoa con garbanzos
★Zanahorias caramelizadas
★Fruta

Ene 401,1 HdC 54,0 Pro 19,7 Lip 10,1

20/04/2021
★Pisto de verduras - Ens mixta ③ ④ ⑭ ★
Figuras de pescado
① ④ ⑤ ⑥
Pescado a la plancha ④
★Varitas de verduras ① ②
★Papas sancochadas c/mojo ⑨
★Lácteo ②

Ene 526,1 HdC 69,7 Pro 21,9 Lip 20,2

21/04/2021
Sopa de ternera ① - Ens verde ★
Vueltas a la casera ⑭
Vueltas en su jugo ⑭
★Salt soja con verduras ⑨
★Arroz blanco
★Fruta

Ene 496,4 HdC 43,8 Pro 36,2 Lip 19,3

22/04/2021
★Potaje de lentejas - Coliflor/Brecol ② ★
Croquetas de pescado ① ② ④
Pescado a la plancha ④
★Croquetas veganas
★Ensalada alemana
★Lácteo ②

Ene 573,2 HdC 47,7 Pro 19,8 Lip 32,6

23/04/2021
★Crema de berros - Ens atun ③ ④ ⑭
Chuleta de cerdo ⑭
Cinta de cerdo asada ⑭
★Rollitos de primavera ①
★Pisto de verduras
★Fruta

Ene 725,7 HdC 45,3 Pro 27,1 Lip 12,7

26/04/2021
★Potaje lentejas - Tomates aliñados ⑭
Tortilla española ③
Tortilla francesa ③
★Menestra de verduras
★Guisantes con jamón
★Fruta

Ene 457,9 HdC 76,9 Pro 10,8 Lip 12,2

27/04/2021
★Crema de calabaza - Ens mixta ③ ④ ⑭ ★
★Rabas calamar ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑩ ⑪ ⑬
★Pescado a la plancha ④
★Salt tofu con verduras ⑨
★Papas sancochadas
★Lácteo ②

Ene 437,8 HdC 38,2 Pro 31,5 Lip 16,4

28/04/2021
★Potaje de verduras - Gazpacho ⑭ ★
Tortellinis de carne ① ② ③ ⑭
★Tortellini de espinacas ① ② ③ ⑭
★Pisto de verduras
★Ensalada verde
★Fruta

Ene 634,1 HdC 137,7 Pro 16,7 Lip 03,1

29/04/2021
MENU INTERNACIONAL - Inglaterra

30/04/2021
FESTIVO

Información Nutricional

Ene Energía Kcal
HdC Hidratos Grs
Pro Proteínas Grs
Lip Lípidos Grs

Si almuerzo

Debo cenar

Pasta-Arroz → Verduras
Verduras → Pasta-Arroz
Carne → Pescado o Huevo
Pescado → Carne o Huevo
Huevo → Carne o Pescado
Fruta → Lácteo o Fruta
Lácteo → Fruta

Información de Alérgenos

Gluten ①
Leche ②
Huevo ③
Pescado ④
Moluscos ⑤
Crustáceos ⑥
F.Cáscara ⑦
Cacahuete ⑧
Soja ⑨
Apio ⑩
Mostaza ⑪
Altramuz ⑫
Sésamo ⑬
Sulfitos ⑭

Relación de alérgenos según el RD 126/2015

Nuestro Departamento de Calidad
está formado por especialistas en
Nutrición y Seguridad Alimentaria



Este menú puede variar su composición por causas justificadas con el fin de adaptarnos al mercado, materias primas y/o elaboración