



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29/nov Crema de berros+Huevo ③ Crema de berros Tortilla española ③ Tomates aliñados ⑭ Fruta E: 314,01 L: 8,65 H: 14,48 P: 34,89	30/nov Crema de verduras+Pescado ④ Crema de verduras Fogonero con ajo y perejil ④⑤⑥⑭ Papas sancochadas - Mojo verde Lácteo ② E: 357,5 L: 8,98 H: 25,61 P: 40,02	01/dic Crema de calabacín+Ternera Crema de calabacín Espaguetis ① Salsa boloñesa ⑨⑭ - Queso ② Fruta E: 443,76 L: 14,3 H: 2,21 P: 89,96	02/dic Puré de lentejas+Pescado ④ Potaje de lentejas Croquetas de pescado ①②④⑤ Ensalada mixta ③④⑭ Fruta E: 372,33 L: 31,45 H: 13,91 P: 29,14	03/dic Puré de verduras+Ternera Sopa de pollo ① Estofado de carne con papas Lácteo ② E: 642,41 L: 18,72 H: 16,67 P: 105,5
06/dic	07/dic	08/dic	09/dic	10/dic
			09/dic Crema de espinacas+Pescado ④ Crema de espinacas Arroz marinera con pescado ④ Fruta E: 736,67 L: 41,1 H: 20,13 P: 96,79	10/dic Puré de lentejas+Pollo Potaje de lentejas Pechuga de pollo emperejilada ⑨⑭ Ensalada de col y zanahoria ⑭ Lácteo ② E: 391,6 L: 35,71 H: 14,55 P: 29,78
13/dic	14/dic	15/dic	16/dic	17/dic
Crema de verduras+Pollo Sopa de la casa ① Tiras de pollo salteadas ⑨⑭ Cuscús ① Fruta E: 614,68 L: 37,18 H: 6,69 P: 99,16	Puré de berros+Pescado ④ Potaje de berros y judías Abadejo encebollado ④⑤⑥ Papas parisinas Lácteo ② E: 378,64 L: 20,33 H: 13,06 P: 41,06	Puré de verduras+Ternera Potaje de verduras Arroz amarillo a las tres carnes ⑨⑭ Fruta E: 707,1 L: 38,67 H: 19,64 P: 92,9	16/dic Crema de zanahorias+Pescado ④ Crema de zanahorias• Churros de pescado ①②③④⑤⑥ Ensalada mixta ③④⑭ Fruta E: 390,23 L: 18,35 H: 14,65 P: 47,71	17/dic Puré de verduras+Pollo Caldo de cilantro Muslo de pollo asado Papas al ajillo Lácteo ② E: 709,6 L: 29,9 H: 40,7 P: 52,8
20/dic	21/dic	22/dic		
Puré de judías+Huevo ③ Sopa de pollo ① Ropa vieja de pollo ⑭ Fruta E: 291,21 L: 15,44 H: 6,86 P: 40,2	Crema de verduras+Pescado ④ Crema de verduras Fogonero con ajo y perejil ④⑤⑥⑭ Papas sancochadas - Mojo verde Lácteo ② E: 357,5 L: 8,98 H: 25,61 P: 40,02	Crema de calabacín+Ternera Crema de calabacín Macarrones ① Salsa de atún ④⑭ - Queso ② Surtido navideño E: 505,21 L: 18,19 H: 5,59 P: 93,38		

Información Nutricional

E	L	H	P
Energía	Lípidos	Hidratos	Proteínas
Kcal/100g	g/100g	g/100g	g/100g

Información sobre Alérgenos

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

Con estos números puede identificar aquellos **alérgenos** que cada plato **contiene o puede contener**.

Los platos son modificados según cada dieta. Esta información se actualiza diariamente.

Recomendaciones

Si has comido...	...entonces cena
Pasta-Arroz	→ Verduras
Verduras	→ Pasta-Arroz
Carne	→ Pescado o Huevo
Pescado	→ Carne o Huevo
Huevo	→ Carne o Pescado
Fruta	→ Lácteo o Fruta
Lácteo	→ Fruta

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



Nuestros menús se acompañan de **gofio de mijo**, **aceite de oliva** y **vinagre**⑭, **queso rallado**②, **pan blanco e integral**① y **agua**
Esta composición de platos puede variar por causas justificadas con el fin de adaptarnos a las condiciones del mercado, materias primas y/o elaboración