

MENÚ ENERO DE 2019



	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	Arroz blanco con tomate Tortilla de jamón con ensalada de lechuga y maíz <small>(Contiene huevo y sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Lentejas estofadas Cinta de lomo a la plancha con zanahorias Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Crema de verduras Merluza al horno con patatas <small>(Contiene pescado, puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y Petit Suisse</small> <small>(Contiene leche) fruta</small>
		<i>700Kcal 26g P 24g L 89g HC</i>	<i>670Kcal 26g P 23g L 86g HC</i>	<i>668Kcal 25g P 4g L 80g H</i>
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
FESTIVO	Crema de patata y calabacín <small>(Puede contener sulfitos)</small> Hamburguesa a la plancha con aros de cebolla <small>(Contiene gluten, puede cont. moluscos, crustáceos, pescado y leche)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y Natillas</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>	Espaguetis a la carbonara <small>(Contiene gluten, soja y leche, puede cont. huevo)</small> Merluza en salsa verde con guisantes <small>(Contiene pescado)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Arroz tres delicias <small>(Contiene soja, leche y huevo)</small> Filete de pollo a la plancha con berenjenas <small>(Contiene gluten, puede cont. moluscos, crustáceos, pescado y leche)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Alubias blancas con verduras Tortilla de patatas con lechuga y tomate <small>(Contiene huevo y sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y Yogur</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>
	<i>671Kcal 30g P 26g L 74g HC</i>	<i>712Kcal 31g P 24g L 87g HC</i>	<i>690Kcal 26g P 23g L 91g HC</i>	<i>701Kcal 28g P 26g L 82g HC</i>
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Crema de puerro y calabacín Lacón a la Gallega con patatas <small>(Puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Macarrones a la boloñesa <small>(Contiene gluten y leche, puede cont. huevo)</small> Emperador a la plancha con verduras <small>(Contiene pescado)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y flan de vainilla</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>	Sopa de fideos <small>(Contiene gluten, Puede cont. huevo)</small> Pollo en pepitoria con patatas <small>(Puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Lentejas con verduras y chorizo <small>(Contiene soja y leche)</small> Huevos Villaroy con lechuga y maíz <small>(Contiene gluten, leche y sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Paella de marisco <small>(Contiene pescado, crustáceos y moluscos)</small> Filete de ternera a la plancha con pisto Pan <small>(Contiene gluten), agua y Petit Suisse</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>
<i>688Kcal 28g P 26g L 82g HC</i>	<i>711Kcal 30g P 23g L 90g HC</i>	<i>700Kcal 31g P 26g L 82g HC</i>	<i>712Kcal 32g P 25g L 81g HC</i>	<i>706Kcal 28g P 84g HC 27g L</i>
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Puré de verduras <small>(Puede contener sulfitos)</small> Lomo a la plancha con champiñones salteados Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Patatas riojana <small>(Contiene soja y leche, Puede contener sulfitos)</small> Merluza a la plancha con calabacín <small>(Contiene gluten, puede cont. moluscos, crustáceos, pescado y leche)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y natillas</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>	Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón con lechuga y zanahoria <small>(Contiene huevo y sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Alubias pintas con verduras Escalope de pollo con patatas <small>(Contiene gluten y huevo, puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Tallarines con tomate y atún <small>(Contiene gluten y pescado, puede cont. huevo)</small> Albóndigas en salsa con verduras <small>(Contiene gluten, puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y yogur</small> <small>(Contiene leche) / Fruta</small>
<i>659Kcal 32g P 26g L 69g HC</i>	<i>704Kcal 31g P 26g L 83g HC</i>	<i>712Kcal 26g P 25g L 87g HC</i>	<i>679Kcal 267g P 22g L 90g HC</i>	<i>716Kcal 29g P 24g L 90g HC</i>
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
Crema de calabaza y zanahoria Filete de Sajonia a la plancha con patatas <small>(Puede contener sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Sopa de cocido <small>(Contiene gluten, Puede cont. huevo)</small> Cocido completo: garbanzos, verdura, pollo, ternera, morcilla y chorizo <small>(Contiene soja y leche)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y Petit Suisse</small> <small>(Contiene leche) / fruta</small>	Judías verdes con patatas Rabas de calamar con con tomate y orégano <small>(Contiene sulfitos, pescado, gluten y soja)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	Arroz blanco con salsa de tomate Tortilla de atún con lechuga y maíz <small>(Contiene huevo y sulfitos)</small> Pan <small>(Contiene gluten), agua y fruta</small>	
<i>685Kcal 38g P 287g L 73g HC</i>	<i>704Kcal 36g P 34g L 62g HC</i>	<i>681Kcal 26g P 25g L 84g HC</i>	<i>689Kcal 31g P 22g L 83g HC</i>	