

Primero

Segundo

Pan

Postre

Lunes 29

Verdura ecológica de temporada

Pro:6 Lip:6 HC:27 Kcal:171  
Alérgenos: 🍷

Garbanzos con chorizo

Pro:21 Lip:21 HC:51 Kcal:465  
Alérgenos: 🍷 🌾

Gazpacho andaluz

Pro:4 Lip:12 HC:19 Kcal:189  
Alérgenos: 🍷 🌾

Pechuga de pavo en salsa

Pro:22 Lip:13 HC:7 Kcal:221

Bacalao a la romana

Pro:29 Lip:17 HC:8 Kcal:307  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚

Pan

Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan de fibra

Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Fruta de temporada

Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150

Yogur

Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76  
Alérgenos: 🥛

Postre casero

Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0

Martes 30

Arroz con tomate

Pro:3 Lip:11 HC:34 Kcal:250

Ajo blanco

Pro:13 Lip:37 HC:28 Kcal:479  
Alérgenos: 🍷 🌾

Varitas de merluza

Pro:10 Lip:14 HC:27 Kcal:277  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Hamburguesa mixta con queso y bacon

Pro:24 Lip:36 HC:6 Kcal:627  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚

Pan

Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan de fibra

Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Fruta de temporada

Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150

Yogur

Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76  
Alérgenos: 🥛

Postre casero

Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0

Miércoles 01

Ensalada de pasta

Pro:14 Lip:11 HC:55 Kcal:374

Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Sopa de verduras

Pro:2 Lip:5 HC:9 Kcal:85

Hamburguesa mixta

Pro:17 Lip:21 HC:5 Kcal:268  
Alérgenos: 🍷

Caella a la gallega

Pro:31 Lip:12 HC:18 Kcal:291  
Alérgenos: 🍷 🌾

Pan

Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan de semillas

Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Fruta de temporada

Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150

Yogur

Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76  
Alérgenos: 🥛

Postre casero

Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0

Jueves 02

Ensalada de aguacate y tomate

Pro:2 Lip:7 HC:9 Kcal:97

Alérgenos: 🍷

Espaguetis a la carbonara

Pro:11 Lip:19 HC:53 Kcal:570

Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Alitas de pollo al horno

Pro:26 Lip:29 HC:1 Kcal:401  
Alérgenos: 🍷

Rape a la marinera

Pro:27 Lip:13 HC:3 Kcal:246  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan

Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan de semillas

Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Fruta de temporada

Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150

Yogur

Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76  
Alérgenos: 🥛

Postre casero

Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0

Viernes 03

Paella mixta

Pro:15 Lip:19 HC:55 Kcal:452  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Judías verdes con patata

Pro:6 Lip:10 HC:35 Kcal:241

Alérgenos: 🍷

Huevos al plato con jamón

Pro:26 Lip:22 HC:9 Kcal:351

Alérgenos: 🍷

Churrasco de cerdo

Pro:19 Lip:21 HC:3 Kcal:277

Pan

Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Pan rústico

Pro:4 Lip:1 HC:22 Kcal:108  
Alérgenos: 🍷 🌾 🥚 🥜 🥑

Fruta de temporada

Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150

Yogur

Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76  
Alérgenos: 🥛

Postre casero

Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0