

Lunes 20

Martes 21

Miércoles 22

Jueves 23

Viernes 24

Primero

Guisantes salteados con patata y jamón
Pro:6 Lip:7 HC:11 Kcal:126
Alérgenos: 🍷
Ensalada de pimiento rojo con atún
Pro:16 Lip:16 HC:8 Kcal:235
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠

Ensalada de pasta
Pro:14 Lip:11 HC:55 Kcal:374
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Verdura ecológica de temporada
Pro:6 Lip:6 HC:27 Kcal:171
Alérgenos: 🍷

Paella de carne
Pro:17 Lip:25 HC:57 Kcal:525
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠
Ensaladilla rusa
Pro:15 Lip:20 HC:4 Kcal:262
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Sopa de cocido
Pro:6 Lip:2 HC:15 Kcal:109
Alérgenos: 🍷 🥚
Macarrones con tomate y atún
Pro:13 Lip:13 HC:48 Kcal:361
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Ensalada alemana
Pro:9 Lip:19 HC:26 Kcal:307
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Judías verdes con patata
Pro:6 Lip:10 HC:35 Kcal:241
Alérgenos: 🍷

Segundo

Palometa al ajillo
Pro:30 Lip:18 HC:1 Kcal:281
Alérgenos: 🐠
Pechuga de pollo a la naranja
Pro:29 Lip:14 HC:17 Kcal:301

Rape en salsa verde
Pro:23 Lip:12 HC:4 Kcal:228
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠
Ternera guisada
Pro:20 Lip:15 HC:9 Kcal:243

Pechuga de pavo en salsa hortelana
Pro:31 Lip:15 HC:13 Kcal:298
Varitas de merluza
Pro:10 Lip:14 HC:27 Kcal:277
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿 🐠 🌿

Salchichas frescas a la plancha
Pro:18 Lip:27 HC:1 Kcal:314
Alérgenos: 🍷
Pimientos rellenos de bacalao gratinados
Pro:6 Lip:17 HC:37 Kcal:320

Cinta de lomo de cerdo con tomate
Pro:17 Lip:11 HC:6 Kcal:192
Alérgenos: 🍷
Hamburguesa de calamar con escalivada
Pro:19 Lip:24 HC:22 Kcal:366
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿 🐠 🌿 🐠 🌿

Pan

Pan
Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Pan de fibra
Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Pan
Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Pan de fibra
Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Pan
Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Pan de semillas
Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Pan
Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Pan de semillas
Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿

Pan
Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿
Pan rústico
Pro:4 Lip:1 HC:22 Kcal:108
Alérgenos: 🍷 🥚 🐠 🌿 🐠 🌿 🐠 🌿

Postre

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

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

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

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

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