

PRIMEROS/ STARTERS		SEGUNDOS/ MAIN COURSES	
LUNES/ MONDAY	<b>Ensalada de queso feta y vinagreta de miel/ Feta cheese salad with honey vinaigrette</b> Prot.(gr): 9.4 - Lip.(gr): 26 - Gluc.(gr): 7.1 - Cal. (Kcal): 308		<b>Pollo asado a la cerveza con patatas panadera/ Roasted chicken with beer and potatoes</b> Prot.(gr): 34.9 - Lip.(gr): 20.6 - Gluc.(gr): 18.7 - Cal. (Kcal): 406
	16	<b>Brócoli salteado con patata, ajo y jamón de Teruel/Sautéed broccoli with potatoes, garlic and ham</b> Prot.(gr): 8.2 - Lip.(gr): 11 - Gluc.(gr): 19.1 - Cal. (Kcal): 226	<b>Lomo de lechón a la pimienta con champiñones/ Roast pig loin with pepper and mushrooms</b> Prot.(gr): 10.7 - Lip.(gr): 23.2 - Gluc.(gr): 25.8 - Cal. (Kcal): 362
		<b>Arroz a la cubana con plátano frito/Withe rice with tomato sauce, fried egg and fried banana</b> Prot.(gr): 12.8 - Lip.(gr): 22.9 - Gluc.(gr): 53.5 - Cal. (Kcal): 476	<b>Merluza a la plancha con ajoaceite y pimientos salteados/ Grilled hake with garlic oil and sautéed red peppers</b> Prot.(gr): 26.5 - Lip.(gr): 19 - Gluc.(gr): 3.6 - Cal. (Kcal): 294
<b>MENU SALUDABLE: Brócoli al vapor/ Steam broccoli</b>		<b>Merluza a la plancha/ Grilled hake</b>	
MARTES/ TUESDAY	<b>Ensalada campera con atún y huevo duro/Salad with tuna and boiled egg</b> Prot.(gr): 11.7 - Lip.(gr): 19.1 - Gluc.(gr): 18.3 - Cal. (Kcal): 300		<b>Estofado de ternera al chocolate con patata chip/ Beef stew with chocolate and chips</b> Prot.(gr): 38.6 - Lip.(gr): 26.6 - Gluc.(gr): 8.7 - Cal. (Kcal): 445
	17	<b>Lentejas estofadas con manzana y curry/ Stewed lentils with apple and curry</b> Prot.(gr): 21 - Lip.(gr): 8.3 - Gluc.(gr): 43.8 - Cal. (Kcal): 365	<b>Pechuga de pollo a la plancha y tomate provenzal/ Grilled chicken breast with Provençal tomato</b> Prot.(gr): 30.4 - Lip.(gr): 18.5 - Gluc.(gr): 2.1 - Cal. (Kcal): 299
		<b>Fideua de verduras con alioli/ Vegetable noodles with aioli</b> Prot.(gr): 20.1 - Lip.(gr): 23.5 - Gluc.(gr): 38.5 - Cal. (Kcal): 454	<b>Bacalao a la riojana con cuscús de pasas/ Rioja style cod with raisins couscous</b> Prot.(gr): 34.2 - Lip.(gr): 22.2 - Gluc.(gr): 13.4 - Cal. (Kcal): 395
<b>MENU SALUDABLE: Ensalada ilustrada/ Illustrated salad</b>		<b>Pechuga de pollo a la plancha/ Grilled chicken breast</b>	
MIÉRCOLES/ WEDNESDAY	<b>Espárragos blancos con jamón y mayonesa/ White asparagus with mayonnaise and ham</b> Prot.(gr): 16.7 - Lip.(gr): 17.5 - Gluc.(gr): 16.6 - Cal. (Kcal): 297		<b>Bistec de ternera a la plancha con ensalada/ Grilled beefsteak with salad</b> Prot.(gr): 35.5 - Lip.(gr): 12.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 255
	18	<b>Alubias pintas estofadas con longaniza/ Stewed red beans with white pork sausage</b> Prot.(gr): 23.8 - Lip.(gr): 26.7 - Gluc.(gr): 41 - Cal. (Kcal): 549	<b>Lomo de Sajonia con puré de patata al pimentón/ Loin of Saxony with mashed potatoes and cayenne</b> Prot.(gr): 35.8 - Lip.(gr): 16.5 - Gluc.(gr): 17.8 - Cal. (Kcal): 367
		<b>Macarrones en salsa boloñesa y queso rallado/ Bolognese macaroni with grated cheese</b> Prot.(gr): 17.3 - Lip.(gr): 19.8 - Gluc.(gr): 68.9 - Cal. (Kcal): 536	<b>Pimientos rellenos de bacalao con salteado de gambas y trigueros/ Stuffed red peppers with sautéed prawns and wild asparagus</b> Prot.(gr): 20.6 - Lip.(gr): 25.2 - Gluc.(gr): 18.4 - Cal. (Kcal): 391
<b>MENU SALUDABLE: Alubias con verduras/White beans with vegetales</b>		<b>Bistec de ternera a la plancha/ Grilled beefsteak</b>	
JUEVES/ THURSDAY	<b>Crema de verduras con crujiente de jamón/ Vegetable cream with crunchy ham</b> Prot.(gr): 7.9 - Lip.(gr): 10.4 - Gluc.(gr): 30.6 - Cal. (Kcal): 261		<b>Codillo asado al vino tinto con patata asada/ Roasted knuckle in red wine with roasted potatoes</b> Prot.(gr): 26.8 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 2 - Cal. (Kcal): 368
	19	<b>Ensalada ilustrada con atún/ Illustrated salad with tuna</b> Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223	<b>Salchichas frescas al curry con setas/ Fresh sausages in curry sauce with mushrooms</b> Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 38.8 - Gluc.(gr): 3 - Cal. (Kcal): 427
		<b>Espaguetis salteados con calabacín, oliva negra y salsa de soja/ Sautéed spaghetti with zucchini, black olives and soy sauce</b> Prot.(gr): 14.2 - Lip.(gr): 12.3 - Gluc.(gr): 60.9 - Cal. (Kcal): 425	<b>Revuelto de bacalao y piquillo con pan frito/ Scrambled egg with cod and piquillo peppers</b> Prot.(gr): 32.7 - Lip.(gr): 20.7 - Gluc.(gr): 8.5 - Cal. (Kcal): 352
<b>MENU SALUDABLE: Crema de verduras /Vegetable cream</b>		<b>Bacalao a la plancha/ Grilled cod</b>	
VIERNES/ FRIDAY	<b>Espárragos trigueros a la plancha con jamón y caramelo de modena/ Grilled wild asparagus with ham and modena Candy</b> Prot.(gr): 9.3 - Lip.(gr): 17 - Gluc.(gr): 2.7 - Cal. (Kcal): 203		<b>Pincho moruno a la plancha con patatas fritas/ Grilled Skewer moruno with chips</b> Prot.(gr): 35.9 - Lip.(gr): 25.8 - Gluc.(gr): 23 - Cal. (Kcal): 472
	20	<b>Migas con huevo frito/ Breadcrumbs with fried egg</b> Prot.(gr): 14.5 - Lip.(gr): 27.2 - Gluc.(gr): 40.5 - Cal. (Kcal): 471	<b>Alitas de pollo a la barbacoa con ensalada/ Fried barbecue chicken wings with salad</b> Prot.(gr): 32.2 - Lip.(gr): 25.4 - Gluc.(gr): 1.9 - Cal. (Kcal): 366
		<b>Crema fría de melón y albahaca con bacon crujiente/ Melon and basil cold cream with crunchy bacon</b> Prot.(gr): 10.3 - Lip.(gr): 2.4 - Gluc.(gr): 24.6 - Cal. (Kcal): 164	<b>Calamares guisados en salsa marinera con arroz/ Stewed squids in marinara sauce with rice</b> Prot.(gr): 32.7 - Lip.(gr): 13.3 - Gluc.(gr): 15.2 - Cal. (Kcal): 319
<b>MENU SALUDABLE: Trigueros a la plancha/</b>		<b>Lomo a la plancha/ Grilled pork loin</b>	

**Alérgenos:** Gluten / Lácteos / Frutos de cáscara / Crustáceos / Huevos / Altramuces / Moluscos; Dióxido de azufre y sulfitos; Apio;

Mostaza; Cacahuetes; Pescado; Soja Granos de sésamo

Información de alergias e intolerancias alimentarias según el Reglamento 1169/2011 y el RD 126/2015

En caso de alergias o intolerancias, rogamos lo comuniquen a nuestro personal. Atenderemos sus necesidades.