

PRIMEROS/ STARTERS		SEGUNDOS/ MAIN COURSES	
LUNES/ MONDAY	Ensalada aragonesa/ Aragonese salad Prot.(gr): 9.2 - Lip.(gr): 19 - Gluc.(gr): 7.6 - Cal. (Kcal): 246		Hamburguesa con tomate/ Grilled hamburger with tomato sauce Prot.(gr): 20.4 - Lip.(gr): 29.7 - Gluc.(gr): 2.1 - Cal. (Kcal): 359
	Macarrones carbonara/ Macaroni carbonara Prot.(gr): 16.9 - Lip.(gr): 28.8 - Gluc.(gr): 59.2 - Cal. (Kcal): 572		Palometa a la plancha/ Grilled harvestfish Prot.(gr): 31.6 - Lip.(gr): 11.8 - Gluc.(gr): 0.78 - Cal. (Kcal): 236
20			
MENU SALUDABLE: Ensalada variada/ Assorted salad		Palometa a la plancha/ Grilled harvestfish	
MARTES/ TUESDAY	Calabacines rellenos/ Stuffed zucchini Prot.(gr): 17.1 - Lip.(gr): 29.3 - Gluc.(gr): 14 - Cal. (Kcal): 396		Hojaldre de pollo/ Chicken pastry Prot.(gr): 29 - Lip.(gr): 25.2 - Gluc.(gr): 17.5 - Cal. (Kcal): 416
	Lentejas con verduras/ Lentils with vegetables Prot.(gr): 21 - Lip.(gr): 8.3 - Gluc.(gr): 43.8 - Cal. (Kcal): 365		Merluza a la plancha / Grilled hake Prot.(gr): 25.4 - Lip.(gr): 13.6 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 226
21			
MENU SALUDABLE: Lentejas con verduras/ Lentils with vegetables		Merluza a la plancha/ Grilled hake	
MIÉRCOLES/ WEDNESDAY	Judías verdes con patatas y zanahoria/ Boiled green beans with potato and carrot Prot.(gr): 6.7 - Lip.(gr): 11.3 - Gluc.(gr): 20.4 - Cal. (Kcal): 223		Lomo a la plancha/ Grilled pork loin Prot.(gr): 33.3 - Lip.(gr): 16.7 - Gluc.(gr): 0.85 - Cal. (Kcal): 287
	Arroz a la cubana/ Boiled White rice with tomato sauce and fried egg Prot.(gr): 12.4 - Lip.(gr): 18.9 - Gluc.(gr): 67.2 - Cal. (Kcal): 492		Salmón a la plancha/ Grilled salmon Prot.(gr): 24.4 - Lip.(gr): 17.3 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 253
22			
MENU SALUDABLE: Judías verdes al vapor/ Steam green beans		Lomo a la plancha/ Grilled pork loin	
JUEVES/ THURSDAY	Espinacas gratinadas/ Spinaches au gratin Prot.(gr): 13.8 - Lip.(gr): 15.3 - Gluc.(gr): 9.9 - Cal. (Kcal): 253		Pechuga de pollo a la plancha/ Grilled chicken breast Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 13.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 241
	Sopa de cocido/ Stew soup Prot.(gr): 8.2 - Lip.(gr): 6.9 - Gluc.(gr): 24.9 - Cal. (Kcal): 198		Lenguaditos a la plancha/ Grilled sole Prot.(gr): 28.6 - Lip.(gr): 9.9 - Gluc.(gr): 1.9 - Cal. (Kcal): 212
23			
MENU SALUDABLE: Espinacas al vapor/ Steam spinaches		Pechuga a la plancha/ Grilled chicken breast	
VIERNES/ FRIDAY	Ensalada variada/ Assorted salad Prot.(gr): 5.6 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 21 - Cal. (Kcal): 249		Pollo asado/ Roasted chicken Prot.(gr): 22.5 - Lip.(gr): 20.8 - Gluc.(gr): 18.5 - Cal. (Kcal): 356
	Revuelto de verduras/ Scrambled eggs with vegetables Prot.(gr): 15.7 - Lip.(gr): 19.2 - Gluc.(gr): 1.8 - Cal. (Kcal): 251		Parrillada de pescado/ Grilled fishes Prot.(gr): 25.4 - Lip.(gr): 13.6 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 226
24			
MENU SALUDABLE: Ensalada variada/ Assorted salad		Pescados a la plancha/ Grilled fishes	

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.