















PRIMEROS/ STARTERS		SEGUNDOS/ MAIN COURSES	
LUNES/ MONDAY	Ensalada variada /Illustrated salad Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223		Bistec de ternera a la plancha/ Grilled beefsteak Prot.(gr): 35.5 - Lip.(gr): 15.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 255
	Espaguetis boloñesa/ Bolognese Spaguetti Prot.(gr): 17.3 - Lip.(gr): 19.8 - Gluc.(gr): 68.9 - Cal. (Kcal): 536		Salchichas encebolladas/ Sausages in onion sauce Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 38.8 - Gluc.(gr): 3 - Cal. (Kcal): 427
	Lentejas con verduritas/ Lentils with vegetables Prot.(gr): 21 - Lip.(gr): 8.3 - Gluc.(gr): 43.8 - Cal. (Kcal): 365		Merluza al orio/ Orio style hake Prot.(gr): 25.7 - Lip.(gr): 13.8 - Gluc.(gr): 1.6 - Cal. (Kcal): 234
MENU SALUDABLE: Ensalada ilustrada/ Illustrated salad		Ternera a la plancha/ Grilled beefsteak	
MARTES/ TUESDAY	Ensaladilla rusa/ Russian salad Prot.(gr): 15.1 - Lip.(gr): 25.1 - Gluc.(gr): 28.9 - Cal. (Kcal): 417		Lomo a la plancha/ Grilled pork loin Prot.(gr): 33 - Lip.(gr): 16.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 279
	Arroz con setas/ Rice with mushrooms Prot.(gr): 6.3 - Lip.(gr): 16.2 - Gluc.(gr): 67.9 - Cal. (Kcal): 448		Pollo asado al limón/ Roasted chicken with lemon Prot.(gr): 31.5 - Lip.(gr): 22 - Gluc.(gr): 0.77 - Cal. (Kcal): 327
	Crema de verduras/ Vegetable cream Prot.(gr): 7.9 - Lip.(gr): 10.4 - Gluc.(gr): 30.6 - Cal. (Kcal): 261		Salmón en papillote/ Salmon in papillote Prot.(gr): 24.4 - Lip.(gr): 19.3 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 271
MENU SALUDABLE: Crema de verduras/ Vegetable cream		Lomo a la plancha/ Grilled pork loin	
MIÉRCOLES/ WEDNESDAY	Ensalada de tomate con queso fresco/ Tomato salad with fresh cheese Prot.(gr): 12.9 - Lip.(gr): 22.1 - Gluc.(gr): 8 - Cal. (Kcal): 289		Magro empanado/ Breaded pork lean chops Prot.(gr): 35.8 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 10.2 - Cal. (Kcal): 436
	Canelones de carne/ Meat canelloni Prot.(gr): 19.8 - Lip.(gr): 25.5 - Gluc.(gr): 29.6 - Cal. (Kcal): 433		Ragú de pavo con champiñones/ Turkey ragout with mushrooms Prot.(gr): 35.1 - Lip.(gr): 17 - Gluc.(gr): 3.9 - Cal. (Kcal): 311
	Revuelto de trigueros y ajetes/ Scrambled egg with wild asparagus and garlic sprouts Prot.(gr): 10.8 - Lip.(gr): 17.2 - Gluc.(gr): 4.8 - Cal. (Kcal): 222		Bacalao con tomate/ Cod with tomato sauce Prot.(gr): 34.2 - Lip.(gr): 22.2 - Gluc.(gr): 13.4 - Cal. (Kcal): 395
MENU SALUDABLE: Ensalada de tomate y queso/ Tomato and cheese salad		Bacalao a la plancha/ Grilled cod	
JUEVES/ THURSDAY	Ensalada ilustrada/ Illustrated salad Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223		Churrasco de ternera/ Beef skirt steak Prot.(gr): 37.2 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 307
	Judías verdes a la hortelana/ Green beans "hortelana" style Prot.(gr): 7 - Lip.(gr): 11.7 - Gluc.(gr): 15.8 - Cal. (Kcal): 212		Carrillera al vino tinto/ Cheeks in red wine sauce Prot.(gr): 26.8 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 2 - Cal. (Kcal): 368
	Tallarines con tomate y atún/ Noodles with tomato and tuna Prot.(gr): 17.2 - Lip.(gr): 10.8 - Gluc.(gr): 74.6 - Cal. (Kcal): 477		Atún a la vizcaína/ Vizcaina style tuna Prot.(gr): 21.8 - Lip.(gr): 23.9 - Gluc.(gr): 16.2 - Cal. (Kcal): 375
MENU SALUDABLE: Judías verdes al vapor/ Steam Green beans		Atún a la plancha/ Grilled tuna	
VIERNES/ FRIDAY	Ensalada de pasta/ Pasta salad Prot.(gr): 17.2 - Lip.(gr): 14.3 - Gluc.(gr): 63.4 - Cal. (Kcal): 466		Brocheta de pollo con pimientos/ Chicken with peppers brochette Prot.(gr): 30.4 - Lip.(gr): 18.5 - Gluc.(gr): 2.1 - Cal. (Kcal): 299
	Garbanzos fritos con bacon/ Fried chickpeas with bacon Prot.(gr): 25.3 - Lip.(gr): 28.3 - Gluc.(gr): 40.4 - Cal. (Kcal): 542		Croquetas de jamón/ Ham croquettes Prot.(gr): 15.8 - Lip.(gr): 27 - Gluc.(gr): 35.2 - Cal. (Kcal): 451
	Pisto manchego con huevo/ Ratatouille with fried egg Prot.(gr): 4.2 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 5.5 - Cal. (Kcal): 295		Palometa a la plancha/ Grilled Ray's bream Prot.(gr): 24.4 - Lip.(gr): 19.3 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 271
MENU SALUDABLE: Pisto de verduras/ Ratatouille		Brocheta de pollo/ Chicken brochette	

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.