

| PRIMEROS/ STARTERS   |   | SEGUNDOS/ MAIN COURSES  |  |
|--|---|---|--|
| <b>LUNES/<br/>MONDAY</b>                                     | <b>Ensaladilla con atún/ Salad with tuna</b><br>Prot.(gr): 11.2 - Lip.(gr): 25.7 - Gluc.(gr): 27.9 - Cal. (Kcal): 403                             |    | <b>Lomo de sajonia con pimentón/ Loin of Saxony with pepper</b><br>Prot.(gr): 17.3 - Lip.(gr): 28.6 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 327                |
|  | <b>Espaguetis bolonesa/ Bolognese spaghetti</b><br>Prot.(gr): 15.2 - Lip.(gr): 19.6 - Gluc.(gr): 59 - Cal. (Kcal): 483                            |    | <b>Brocheta de pavo/Turkey brochette</b><br>Prot.(gr): 23.3 - Lip.(gr): 19.7 - Gluc.(gr): 1.9 - Cal. (Kcal): 278                                     |
|  | <b>Crema de verduras/ Vegetable cream</b><br>Prot.(gr): 5.6 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 21 - Cal. (Kcal): 249                                   |    | <b>Calamares a la andaluza/ Andalusian style squids</b><br>Prot.(gr): 30.9 - Lip.(gr): 15.2 - Gluc.(gr): 18.9 - Cal. (Kcal): 338                     |
| <b>MENU SALUDABLE: Crema de verduras/ Vegetable cream</b>    |   | <b>Pavo a la plancha/ Grilled turkey</b>  |  |
| <b>MARTES/<br/>TUESDAY</b>                                   | <b>Ensalada variada/ Assorted salad</b><br>Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223                                    |    | <b>Pollo al horno/ Roasted chicken</b><br>Prot.(gr): 34 - Lip.(gr): 20.7 - Gluc.(gr): 12.4 - Cal. (Kcal): 377  |
|  | <b>Migas con huevo frito/ Breadcrumbs with fried egg</b><br>Prot.(gr): 20.6 - Lip.(gr): 25.7 - Gluc.(gr): 66.2 - Cal. (Kcal): 588                 |    | <b>Chuletas de lomo a la plancha/ Grilled pork loin chops</b><br>Prot.(gr): 17.3 - Lip.(gr): 28.6 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 327                  |
|  | <b>Guisantes salteados /Sautéed peas</b><br>Prot.(gr): 14.9 - Lip.(gr): 8.6 - Gluc.(gr): 17.9 - Cal. (Kcal): 224                                  |   | <b>Pastel de pescado con salsa de piquillos/Fish pie with peppers sauce</b><br>Prot.(gr): 28.7 - Lip.(gr): 32.1 - Gluc.(gr): 10.8 - Cal. (Kcal): 452 |
| <b>MENU SALUDABLE: Guisantes al vapor/ Steam peas</b>        |   | <b>Pollo a la plancha/ Grilled chicken</b>  |  |
| <b>MIÉRCOLES/<br/>WEDNESDAY</b>                              | <b>Ensalada aragonesa/ Aragonese salad</b><br>Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223                                 |  | <b>Bistec de ternera a la plancha/ Grilled beefsteak</b><br>Prot.(gr): 36.2 - Lip.(gr): 14.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 274                       |
|  | <b>Canelones de carne/Meat cannelloni</b><br>Prot.(gr): 19.8 - Lip.(gr): 25.5 - Gluc.(gr): 29.6 - Cal. (Kcal): 433                                |  | <b>Salchichas con pimientos/Sausages with peppers</b><br>Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 44.7 - Gluc.(gr): 2.8 - Cal. (Kcal): 479                        |
|  | <b>Salmorejo cordobés/ Salmorejo</b><br>Prot.(gr): 9.8 - Lip.(gr): 16.3 - Gluc.(gr): 21.4 - Cal. (Kcal): 278                                      |  | <b>Merluza al orio/ Orio style hake</b><br>Prot.(gr): 20.6 - Lip.(gr): 18.1 - Gluc.(gr): 1.6 - Cal. (Kcal): 251                                      |
| <b>MENU SALUDABLE: Ensalada ilustrada/ Illustrated salad</b> |   | <b>Pollo a la plancha/ Grilled chicken</b>  |  |
| <b>JUEVES/<br/>THURSDAY</b>                                  | <b>Melón con jamón/ Ham with melon</b><br>Prot.(gr): 18.8 - Lip.(gr): 4.7 - Gluc.(gr): 24.6 - Cal. (Kcal): 219                                    |   | <b>Bistec de ternera a la plancha/ Grilled beefsteak</b><br>Prot.(gr): 36.2 - Lip.(gr): 14.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 274                       |
|  | <b>Crepes de chipirón con arroz/ Stuffed creppes with squid and rice</b><br>Prot.(gr): 24.6 - Lip.(gr): 29.5 - Gluc.(gr): 18.9 - Cal. (Kcal): 443 |  | <b>Salchichas con pimientos/Sausages with peppers</b><br>Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 44.7 - Gluc.(gr): 2.8 - Cal. (Kcal): 479                        |
|  | <b>Garbanzos fritos/ Fried chickpeas</b><br>Prot.(gr): 17.1 - Lip.(gr): 13.8 - Gluc.(gr): 28.1 - Cal. (Kcal): 324                                 |   | <b>Merluza al orio/ Orio style hake</b><br>Prot.(gr): 20.6 - Lip.(gr): 18.1 - Gluc.(gr): 1.6 - Cal. (Kcal): 251                                      |
| <b>MENU SALUDABLE: Melón con jamón/ Ham with melon</b>       |   | <b>Merluza a la plancha/ Grilled hake</b>   |  |
| <b>VIERNES/<br/>FRIDAY</b>                                   | <b>Ensalada de tomate con queso fresco/Tomato and fresh cheese salad</b><br>Prot.(gr): 8 - Lip.(gr): 16.9 - Gluc.(gr): 7.1 - Cal. (Kcal): 219     |  | <b>Calabacín relleno de carne/ Stuffed zucchini with meat</b><br>Prot.(gr): 17.1 - Lip.(gr): 29.3 - Gluc.(gr): 14 - Cal. (Kcal): 396                 |
|  | <b>Pisto manchego/ Ratatouille</b><br>Prot.(gr): 4.2 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 5.5 - Cal. (Kcal): 295   |  | <b>Lomo a la naranja/ Pork loin to the orange</b><br>Prot.(gr): 26.3 - Lip.(gr): 21.1 - Gluc.(gr): 1.5 - Cal. (Kcal): 302                            |
|  | <b>Fideua de marisco/ Fish noodles</b><br>Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 18.4 - Gluc.(gr): 47.1 - Cal. (Kcal): 482                                     |  | <b>Dados de atún con tomate/ Tuna dices with tomato sauce</b><br>Prot.(gr): 20.5 - Lip.(gr): 23.8 - Gluc.(gr): 10.5 - Cal. (Kcal): 342               |
| <b>MENU SALUDABLE: Ensalada de tomate/Tomato salad</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.