















| PRIMEROS/ STARTERS  |   | SEGUNDOS/ MAIN COURSES  |   |
|---|---|---|---|
| <b>18</b>   | <b>LUNES/ MONDAY</b><br><b>Ensaladilla rusa/ Russian salad</b><br>Prot.(gr): 7.9 - Lip.(gr): 10.4 - Gluc.(gr): 30.6 - Cal. (Kcal): 361                          |    | <b>Salchichas c/ pimientos/ Sausages with peppers</b><br>Prot.(gr): 26.8 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 2 - Cal. (Kcal): 368             |
|   | <b>Macarrones c/ atún/ Macaroni with tuna</b><br>Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 323  |    | <b>Tortilla de patata c/ cebolla/ Spanish omelette with onion</b><br>Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 38.8 - Gluc.(gr): 3 - Cal. (Kcal): 427 |
|   | <b>Menestra de verduras/ Vegetable stew</b><br>Prot.(gr): 14.2 - Lip.(gr): 12.3 - Gluc.(gr): 60.9 - Cal. (Kcal): 225  |   | <b>Merluza a la plancha/ Grilled hake</b><br>Prot.(gr): 32.7 - Lip.(gr): 20.7 - Gluc.(gr): 8.5 - Cal. (Kcal): 352                       |
| <b>MENU SALUDABLE: Menestra de verduras al vapor/ Steam vegetables Merluza a la plancha/ Grilled hake</b>       |   |   |   |
| <b>19</b>   | <b>MARTES/ TUESDAY</b><br><b>Ensalada de rulo de cabra/ Goat's ruller cheese salad</b><br>Prot.(gr): 17.2 - Lip.(gr): 14.3 - Gluc.(gr): 63.4 - Cal. (Kcal): 466 |    | <b>Hamburguesa a la mostaza/ Hamburguer with mustard</b><br>Prot.(gr): 26.8 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 2 - Cal. (Kcal): 368          |
|   | <b>Arroz de carne/ Meat rice</b><br>Prot.(gr): 10.1 - Lip.(gr): 17.8 - Gluc.(gr): 14.3 - Cal. (Kcal): 370   |   | <b>Pechuga de pollo a la plancha/ Grilled chicken breast</b><br>Prot.(gr): 31.5 - Lip.(gr): 22 - Gluc.(gr): 0.77 - Cal. (Kcal): 327     |
|   | <b>Crema de verduras/ Vegetable cream</b><br>Prot.(gr): 25.3 - Lip.(gr): 28.3 - Gluc.(gr): 40.4 - Cal. (Kcal): 242  |   | <b>Rabas de calamar/ Breaded squids</b><br>Prot.(gr): 25.4 - Lip.(gr): 24.5 - Gluc.(gr): 6.5 - Cal. (Kcal): 451                         |
| <b>MENU SALUDABLE: Crema de verduras/ Vegetable cream Pechuga de pollo a la plancha/ Grilled chicken breast</b> |   |   |   |
| <b>20</b>   | <b>MIÉRCOLE S/ WEDNESD AY</b><br><b>Ensalada ilustrada/ Illustrated salad</b><br>Prot.(gr): 16.7 - Lip.(gr): 17.5 - Gluc.(gr): 16.6 - Cal. (Kcal): 297          |  | <b>Chuletas de pavo al ajillo/ Garlic turkey chops</b><br>Prot.(gr): 40.6 - Lip.(gr): 19 - Gluc.(gr): 0.65 - Cal. (Kcal): 340           |
|   | <b>Vichyssoise/ Leek cream</b><br>Prot.(gr): 6.7 - Lip.(gr): 11.3 - Gluc.(gr): 20.4 - Cal. (Kcal): 223  |  | <b>Albóndigas c/ tomate/ Meatballs in tomato sauce</b><br>Prot.(gr): 35.2 - Lip.(gr): 38.6 - Gluc.(gr): 2.1 - Cal. (Kcal): 497          |
|   | <b>Spaguetis carbonara/ Carbonada spaghetti</b><br>Prot.(gr): 17.3 - Lip.(gr): 19.8 - Gluc.(gr): 68.9 - Cal. (Kcal): 536  |  | <b>Salmón al azafran/ Salmon with saffron</b><br>Prot.(gr): 30.5 - Lip.(gr): 10.3 - Gluc.(gr): 11.5 - Cal. (Kcal): 366                  |
| <b>MENU SALUDABLE: Ensalada vegetal / Vegetal salad Pavo a la plancha/ Grilled turkey chops</b>                 |   |   |   |
| <b>21</b>   | <b>JUEVES/ THURSDAY</b><br><b>Ensalada variada/ Assorted salad</b><br>Prot.(gr): 11.4 - Lip.(gr): 24.6 - Gluc.(gr): 22.7 - Cal. (Kcal): 372                     |   | <b>Brochetas de pavo/ Turkey brochettes</b><br>Prot.(gr): 16.4 - Lip.(gr): 24.7 - Gluc.(gr): 1.6 - Cal. (Kcal): 295                     |
|   | <b>Garbanzos c/ bacalao/ Chickpeas with cod</b><br>Prot.(gr): 6.3 - Lip.(gr): 16.2 - Gluc.(gr): 67.9 - Cal. (Kcal): 448   |  | <b>Berenjena rellena de carne/ Stuffed eggplant with meat</b><br>Prot.(gr): 43.8 - Lip.(gr): 28.5 - Gluc.(gr): 5.7 - Cal. (Kcal): 455   |
|   | <b>Judías verdes aragonesas/ Green beans</b><br>Prot.(gr): 6.7 - Lip.(gr): 10.6 - Gluc.(gr): 6.8 - Cal. (Kcal): 161   |   | <b>Palometa a la plancha/ Grilled fish pigeon</b><br>Prot.(gr): 26 - Lip.(gr): 13.9 - Gluc.(gr): 4.4 - Cal. (Kcal): 247                 |
| <b>MENU SALUDABLE: Judías verdes al vapor/ Steam green beans Palometa a la plancha/ Grilled fish pigeon</b>     |   |   |   |
| <b>22</b>   | <b>VIERNES/ FRIDAY</b><br><b>Tomate c/ queso fresco/ Tomato with fresh cheese</b><br>Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 17.6 - Gluc.(gr): 5.3 - Cal. (Kcal): 223        |  | <b>Conejo asado en su jugo/ Roasted rabbit</b><br>Prot.(gr): 30.3 - Lip.(gr): 21 - Gluc.(gr): 3.7 - Cal. (Kcal): 325                    |
|   | <b>Migas c/ huevo frito/ Breadcrumbs with fried egg</b><br>Prot.(gr): 8 - Lip.(gr): 17 - Gluc.(gr): 41.6 - Cal. (Kcal): 459                                     |  | <b>Emparedado de york y queso/ Ham and cheese sandwich</b><br>Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 13.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 241          |
|   | <b>Fideua c/ setas y ali-oli/ Noodles with mushrooms and aioli</b><br>Prot.(gr): 17 - Lip.(gr): 18.2 - Gluc.(gr): 2.9 - Cal. (Kcal): 446                        |  | <b>Abadejo a la vizcaína/ Bilbao style pout</b><br>Prot.(gr): 21.8 - Lip.(gr): 23.9 - Gluc.(gr): 16.2 - Cal. (Kcal): 375                |
| <b>MENU SALUDABLE: tomate c/ queso / Tomato with cheese Conejo asado/ Roasted rabbit</b>                        |   |   |   |

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