

PRIMEROS/ STARTERS		SEGUNDOS/ MAIN COURSES	
<b>LUNES/ MONDAY</b>	<b>Ensalada con jamón/ Salad with ham</b> Prot.(gr): 10.9 - Lip.(gr): 23.2 - Gluc.(gr): 6.7 - Cal. (Kcal): 284		<b>Brochetas de pollo/ Chicken brochette</b> Prot.(gr): 30.2 - Lip.(gr): 18.6 - Gluc.(gr): 0.54 - Cal. (Kcal): 292
<b>21</b>	<b>Espaguetis boloñesa/ Spaguetti bolognese</b> Prot.(gr): 15.2 - Lip.(gr): 19.6 - Gluc.(gr): 59 - Cal. (Kcal): 483		<b>Calabacín relleno de carne/ Stuffed zucchini with meat</b> Prot.(gr): 17.1 - Lip.(gr): 29.3 - Gluc.(gr): 14 - Cal. (Kcal): 396
	<b>Acelgas rehogadas/ Sautéed chards</b> Prot.(gr): 10.9 - Lip.(gr): 11.2 - Gluc.(gr): 33.2 - Cal. (Kcal): 289		<b>Merluza al orio de tomate/ Hake with tomato orio</b> Prot.(gr): 27 - Lip.(gr): 14.1 - Gluc.(gr): 10 - Cal. (Kcal): 278
<b>MENU SALUDABLE: Acelgas al vapor/ Steam chards</b>		<b>Merluza a la plancha/ Grilled hake</b>	
<b>MARTES/ TUESDAY</b>	<b>Ensaladilla rusa/ Russian salad</b> Prot.(gr): 11.2 - Lip.(gr): 25.7 - Gluc.(gr): 27.9 - Cal. (Kcal): 403		<b>Butifarra de Aragón/ Aragonese botifarra</b> Prot.(gr): 25 - Lip.(gr): 32.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 393
<b>22</b>	<b>Lentejas con morcilla/ Stewed lentils with blood sausage</b> Prot.(gr): 22 - Lip.(gr): 23.7 - Gluc.(gr): 33.8 - Cal. (Kcal): 459		<b>Bistec de ternera a la plancha/ Grilled beefsteak</b> Prot.(gr): 36.2 - Lip.(gr): 14.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 274
	<b>Brócoli con zanahoria/ Boiled broccoli with carrot</b> Prot.(gr): 13 - Lip.(gr): 12.4 - Gluc.(gr): 8.7 - Cal. (Kcal): 213		<b>Calamares encebollados/ Squids with onion</b> Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 7.8 - Gluc.(gr): 7.9 - Cal. (Kcal): 227
<b>MENU SALUDABLE: Brócoli al vapor/ Steam broccoli</b>		<b>Ternera a la plancha/ Grilled beefsteak</b>	
<b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY</b>	<b>Ensalada de arroz con gambas/ Rice salad with prawns</b> Prot.(gr): 17.7 - Lip.(gr): 17.7 - Gluc.(gr): 28.8 - Cal. (Kcal): 351		<b>Albóndigas en salsa de almendras/ Meatballs with almonds sauce</b> Prot.(gr): 37.2 - Lip.(gr): 28.8 - Gluc.(gr): 18.8 - Cal. (Kcal): 488
<b>23</b>	<b>Fideua negro con alioli / Black noodles with aioli</b> Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 18.4 - Gluc.(gr): 47.1 - Cal. (Kcal): 482		<b>Pechugas de pavo a la plancha/ Grilled turkey breasts</b> Prot.(gr): 23 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 224
	<b>Crema de verduras/ Vegetables cream</b> Prot.(gr): 5.6 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 21 - Cal. (Kcal): 249		<b>Dados de atún con pimientos/ Tuna dice with peppers</b> Prot.(gr): 20.5 - Lip.(gr): 23.8 - Gluc.(gr): 10.5 - Cal. (Kcal): 342
<b>MENU SALUDABLE: Crema de verduras/ Vegetables cream</b>		<b>Pechugas de pavo a la plancha/ Grilled turkey breast</b>	
<b>JUEVES/ THURSDAY</b>	<b>Ensalada de tomate con queso fresco/ Tomato salad with fresh cheese</b> Prot.(gr): 8 - Lip.(gr): 16.9 - Gluc.(gr): 7.1 - Cal. (Kcal): 219		<b>Jamoncitos de pollo al curry/ Chicken legs with curry</b> Prot.(gr): 22.1 - Lip.(gr): 23.9 - Gluc.(gr): 4.5 - Cal. (Kcal): 326
<b>24</b>	<b>Pisto manchego/ Ratatouille</b> Prot.(gr): 4.2 - Lip.(gr): 27.9 - Gluc.(gr): 5.5 - Cal. (Kcal): 295		<b>Blanqueta de ternera/ Stewed veal</b> Prot.(gr): 38.6 - Lip.(gr): 26.6 - Gluc.(gr): 8.7 - Cal. (Kcal): 445
	<b>Caracolas con tomate y atún/ Pasta with tomato and tuna</b> Prot.(gr): 17.4 - Lip.(gr): 7.7 - Gluc.(gr): 73.3 - Cal. (Kcal): 443		<b>Bacalao al gratén/ Cod au gratin</b> Prot.(gr): 31.6 - Lip.(gr): 21.8 - Gluc.(gr): 0.78 - Cal. (Kcal): 326
<b>MENU SALUDABLE: Ensalada de tomate/ Tomato salad</b>		<b>Bacalao a la plancha/ Grilled cod</b>	
<b>VIERNES/ FRIDAY</b>	<b>Ensalada César/ Cesar's salad</b> Prot.(gr): 17.6 - Lip.(gr): 12.1 - Gluc.(gr): 71.5 - Cal. (Kcal): 475		<b>Emparedado de york y queso/ Ham and cheese sandwich</b> Prot.(gr): 16.7 - Lip.(gr): 23.2 - Gluc.(gr): 29.4 - Cal. (Kcal): 397
<b>25</b>	<b>Guisantes con jamón/ Sautéed peas with ham</b> Prot.(gr): 14.9 - Lip.(gr): 8.6 - Gluc.(gr): 17.9 - Cal. (Kcal): 224		<b>Codillo al estilo alemán/ German style knucke</b> Prot.(gr): 28.7 - Lip.(gr): 19.5 - Gluc.(gr): 23.4 - Cal. (Kcal): 386
	<b>Migas con huevo frito/ Breadcrumbs with fried egg</b> Prot.(gr): 11 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 68.6 - Cal. (Kcal): 460		<b>Palometa a la plancha/ Grilled harvestfish</b> Prot.(gr): 25.4 - Lip.(gr): 13.8 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 226
<b>MENU SALUDABLE: Guisantes al vapor/ Steam peas</b>		<b>Palometa a la plancha/ Grilled harvestfish</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.