

COMIDA
CENA

	COMIDA		CENA	
LUNES	Espaguetis boloñesa Prot.(gr): 19.9 - Lip.(gr): 16.5 - Gluc: 73.1 - Cal. (Kcal): 533		Menestra con patata y ajo Prot.(gr): 13.7 - Lip.(gr): 6.8 - Gluc.(gr): 14.7 - Cal. (Kcal): 200	
	Canelones rosini Prot.(gr): 19.8 - Lip.(gr): 25.5 - Gluc.(gr): 29.6 - Cal. (Kcal): 433		Puré de patata con picatostes Prot.(gr): 7.2 - Lip.(gr): 19.8 - Gluc.(gr): 42.5 - Cal. (Kcal): 384	
	Borrajá con patata y ajo Prot.(gr): 5.5 - Lip.(gr): 11.5 - Gluc.(gr): 18 - Cal. (Kcal): 200		Rollitos de primavera Prot.(gr): 15.8 - Lip.(gr): 29.6 - Gluc.(gr): 11.3 - Cal. (Kcal): 380	
	Hamburguesas al queso Prot.(gr): 27.7 - Lip.(gr): 38.7 - Gluc.(gr): 6.1 - Cal. (Kcal): 485		Salchichas encebolladas Prot.(gr): 14.2 - Lip.(gr): 40.4 - Gluc.(gr): 5.2 - Cal. (Kcal): 445	
22	Magro empanado Prot.(gr): 36.6 - Lip.(gr): 28.3 - Gluc.(gr): 12.5 - Cal. (Kcal): 452		Pincho adobado Prot.(gr): 21.7 - Lip.(gr): 21.2 - Gluc.(gr): 16.3 - Cal. (Kcal): 348	
	Caella en salsa verde Prot.(gr): 38.8 - Lip.(gr): 7.1 - Gluc.(gr): 7 - Cal. (Kcal): 247		Tintorera al limón Prot.(gr): 24.4 - Lip.(gr): 17.3 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 253	
	Sopa de cocido Prot.(gr): 31.2 - Lip.(gr): 20.3 - Gluc.(gr): 60.9 - Cal. (Kcal): 564		Crema de verduras Prot.(gr): 9.6 - Lip.(gr): 17.1 - Gluc.(gr): 4.3 - Cal. (Kcal): 215	
	Espinacas con sofrito y patata Prot.(gr): 6.7 - Lip.(gr): 18.3 - Gluc.(gr): 11.9 - Cal. (Kcal): 245		Coditos con verduras Prot.(gr): 15 - Lip.(gr): 12.2 - Gluc.(gr): 74.9 - Cal. (Kcal): 483	
MARTES	Papas a la importancia Prot.(gr): 9.4 - Lip.(gr): 30.1 - Gluc.(gr): 31.8 - Cal. (Kcal): 467		Tostada de bacon y queso Prot.(gr): 19.7 - Lip.(gr): 37.4 - Gluc.(gr): 29.2 - Cal. (Kcal): 536	
	Huevos fritos con patatas Prot.(gr): 16 - Lip.(gr): 32.7 - Gluc.(gr): 18.5 - Cal. (Kcal): 437		Albóndigas al curry Prot.(gr): 23.4 - Lip.(gr): 38.6 - Gluc.(gr): 10.5 - Cal. (Kcal): 486	
	Conejo asado en su jugo Prot.(gr): 16.2 - Lip.(gr): 24.1 - Gluc.(gr): 0.48 - Cal. (Kcal): 284		Pechuga a la plancha Prot.(gr): 30 - Lip.(gr): 13.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 241	
	Limanda con verduras Prot.(gr): 31.7 - Lip.(gr): 16.8 - Gluc.(gr): 1 - Cal. (Kcal): 282		Merluza a la plancha Prot.(gr): 25.4 - Lip.(gr): 13.8 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 226	
23	Macarrones napolitana Prot.(gr): 13.5 - Lip.(gr): 7.6 - Gluc.(gr): 73.3 - Cal. (Kcal): 427		Crema de puerros Prot.(gr): 7.7 - Lip.(gr): 10.8 - Gluc.(gr): 16.2 - Cal. (Kcal): 199	
	Judía verde con patata y ajo Prot.(gr): 6.7 - Lip.(gr): 11.3 - Gluc.(gr): 20.4 - Cal. (Kcal): 223		Sándwich mixto Prot.(gr): 16.7 - Lip.(gr): 23.2 - Gluc.(gr): 29.4 - Cal. (Kcal): 397	
	Guisado de patata y carne Prot.(gr): 16.4 - Lip.(gr): 26.1 - Gluc.(gr): 31.5 - Cal. (Kcal): 436		Sopa de verduras con picatostes Prot.(gr): 8.2 - Lip.(gr): 6.9 - Gluc.(gr): 24.9 - Cal. (Kcal): 198	
	Lomo Sajonia con pimientos Prot.(gr): 31.3 - Lip.(gr): 22 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 323		Lomo a la plancha Prot.(gr): 33.3 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 268	
24	Costilla a la miel Prot.(gr): 14.1 - Lip.(gr): 51.7 - Gluc.(gr): 0.67 - Cal. (Kcal): 524		Tortilla francesa con calabacín Prot.(gr): 15 - Lip.(gr): 23.1 - Gluc.(gr): 2.9 - Cal. (Kcal): 281	
	Salmón a la plancha Prot.(gr): 24.4 - Lip.(gr): 17.3 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 253		Calamares a la romana Prot.(gr): 25.1 - Lip.(gr): 28.3 - Gluc.(gr): 8.1 - Cal. (Kcal): 388	
	Fideua mixta Prot.(gr): 31.2 - Lip.(gr): 20.3 - Gluc.(gr): 60.9 - Cal. (Kcal): 564		Sopa de estrellas Prot.(gr): 11.9 - Lip.(gr): 8 - Gluc.(gr): 19.6 - Cal. (Kcal): 201	
	Judías pintas con arroz Prot.(gr): 20.3 - Lip.(gr): 5.4 - Gluc.(gr): 58.5 - Cal. (Kcal): 405		Cardo en salsa de almendras Prot.(gr): 10.1 - Lip.(gr): 23.4 - Gluc.(gr): 3316.7 - Cal. (Kcal): 333	
25	Coliflor con patata y ajo Prot.(gr): 8.9 - Lip.(gr): 14.7 - Gluc.(gr): 8 - Cal. (Kcal): 217		Crema de calabaza Prot.(gr): 5 - Lip.(gr): 12.2 - Gluc.(gr): 20.8 - Cal. (Kcal): 222	
	Carrilleras en salsa Prot.(gr): 25 - Lip.(gr): 30.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 375		Frankfurt con tomate y cebolla Prot.(gr): 14.2 - Lip.(gr): 32.1 - Gluc.(gr): 5.6 - Cal. (Kcal): 371	
	Jamonicos de pollo al chilindrón Prot.(gr): 26.2 - Lip.(gr): 23.5 - Gluc.(gr): 14.2 - Cal. (Kcal): 379		Hamburguesa completa Prot.(gr): 24.8 - Lip.(gr): 34.9 - Gluc.(gr): 32.3 - Cal. (Kcal): 549	
	Supremas de atún a la plancha Prot.(gr): 31.2 - Lip.(gr): 25.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 355		Cola de rape en salsa Prot.(gr): 28.4 - Lip.(gr): 11.8 - Gluc.(gr): 7 - Cal. (Kcal): 249	
26	Lentejas a la antigua Prot.(gr): 28.9 - Lip.(gr): 16.3 - Gluc.(gr): 44.3 - Cal. (Kcal): 470		Pisto con tomate Prot.(gr): 7.1 - Lip.(gr): 12.5 - Gluc.(gr): 20.4 - Cal. (Kcal): 242	
	Arroz con tomate Prot.(gr): 7.2 - Lip.(gr): 15.9 - Gluc.(gr): 77.6 - Cal. (Kcal): 488		Panini de bacon y queso Prot.(gr): 23 - Lip.(gr): 19.7 - Gluc.(gr): 37.1 - Cal. (Kcal): 422	
	Brócoli con patata Prot.(gr): 8.7 - Lip.(gr): 10.5 - Gluc.(gr): 18.3 - Cal. (Kcal): 219		Crema de zanahoria Prot.(gr): 5 - Lip.(gr): 12.2 - Gluc.(gr): 20.8 - Cal. (Kcal): 222	
	Alitas a la barbacoa Prot.(gr): 34.5 - Lip.(gr): 33 - Gluc.(gr): 1.7 - Cal. (Kcal): 444		Pizza margarita Prot.(gr): 24.6 - Lip.(gr): 23.4 - Gluc.(gr): 66.6 - Cal. (Kcal): 685	
27	Salchichas a la riojana Prot.(gr): 14.2 - Lip.(gr): 40.4 - Gluc.(gr): 5.2 - Cal. (Kcal): 445		Lacón al horno Prot.(gr): 19.4 - Lip.(gr): 21 - Gluc.(gr): 10.6 - Cal. (Kcal): 310	
	San marino Prot.(gr): 16.3 - Lip.(gr): 23.6 - Gluc.(gr): 19.4 - Cal. (Kcal): 365		Tilapia al limón Prot.(gr): 27.6 - Lip.(gr): 12.1 - Gluc.(gr): 23.2 - Cal. (Kcal): 314	
	Garbanzos estofados Prot.(gr): 31.3 - Lip.(gr): 22.4 - Gluc.(gr): 47.5 - Cal. (Kcal): 547			
	Coditos con sofrito y tomate Prot.(gr): 13.5 - Lip.(gr): 7.6 - Gluc.(gr): 73.3 - Cal. (Kcal): 427		Pic-nic (lomo adobado con queso)	
28	Patatas asadas con ali oli Prot.(gr): 6.1 - Lip.(gr): 21.5 - Gluc.(gr): 30.4 - Cal. (Kcal): 348			
	Bistec de ternera a la plancha Prot.(gr): 32.6 - Lip.(gr): 16 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 274			
	Roti de pavo a la pimienta Prot.(gr): 35.8 - Lip.(gr): 17.2 - Gluc.(gr): 7 - Cal. (Kcal): 329			
	Calamar encebollado Prot.(gr): 32.7 - Lip.(gr): 13.3 - Gluc.(gr): 15.2 - Cal. (Kcal): 319			
DOMINGO	Ensaladilla rusa Prot.(gr): 16.1 - Lip.(gr): 33 - Gluc.(gr): 15.1 - Cal. (Kcal): 433		Panini boloñesa con queso Prot.(gr): 24.2 - Lip.(gr): 21.8 - Gluc.(gr): 33.1 - Cal. (Kcal): 431	
	Lasaña de carne gratinada Prot.(gr): 24.6 - Lip.(gr): 29.5 - Gluc.(gr): 18.9 - Cal. (Kcal): 443		Sopa de estrellas Prot.(gr): 11.9 - Lip.(gr): 8 - Gluc.(gr): 19.6 - Cal. (Kcal): 201	
	Guisantes a la francesa Prot.(gr): 14.9 - Lip.(gr): 12.1 - Gluc.(gr): 16.8 - Cal. (Kcal): 250		Champiñón con jamón y patata Prot.(gr): 9.7 - Lip.(gr): 14.9 - Gluc.(gr): 11 - Cal. (Kcal): 228	
	Embutido asado Prot.(gr): 25 - Lip.(gr): 30.5 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 375		Tortilla de calabacín Prot.(gr): 15 - Lip.(gr): 23.1 - Gluc.(gr): 2.9 - Cal. (Kcal): 281	
28	Nuggets de pollo Prot.(gr): 29 - Lip.(gr): 25.2 - Gluc.(gr): 17.5 - Cal. (Kcal): 416		Lomo adobado con pimientos Prot.(gr): 18.4 - Lip.(gr): 27.1 - Gluc.(gr): 9.9 - Cal. (Kcal): 358	
	Huevos al plato Prot.(gr): 33.4 - Lip.(gr): 17.3 - Gluc.(gr): 12 - Cal. (Kcal): 342		Trucha a la plancha Prot.(gr): 29.3 - Lip.(gr): 15.4 - Gluc.(gr): 0 - Cal. (Kcal): 256	

Además de los platos señalados en el menú ofrecemos una cuarta opción en el primero y segundo plato. Pregunte a nuestro personal.

Alérgenos: Gluten / Lácteos / Frutos de cáscara / Crustáceos / Huevos / Altramuces / Moluscos; Dióxido de azufre y sulfitos; Apio; Mostaza; Cacahuetses; Pescado; Soja Granos de sésamo

Información de alergias e intolerancias alimentarias según el Reglamento 1169/2011 y el RD 126/2015