

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.


Lunes

- 6** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 619 Lip: 20,37 Prot: 31,86 HC: 80,82
Cena: Patata + Ave + Fruta
- 13** Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 728 Lip: 31,04 Prot: 30,21 HC: 83,80
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 20** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 649 Lip: 26,43 Prot: 26,26 HC: 77,69
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 27** Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 619 Lip: 28,93 Prot: 24,97 HC: 66,53
Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

- 7** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brocol Guisante, Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 717 Lip: 26,28 Prot: 35,83 HC: 87,53
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo
- 14** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla de Patata con Cebolla Tortilla Patata/cebo S/s
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 657 Lip: 22,33 Prot: 26,65 HC: 89,23
Cena: Arroz + Pescado + Fruta
- 21** Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco
Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 730 Lip: 23,86 Prot: 52,20 HC: 80,17
Cena: Pasta + Ave + Fruta
- 28** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Atún con Tomate Atun Filete Enharinado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 738 Lip: 22,25 Prot: 39,74 HC: 98,56
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 1**  **FESTIVO**
- 8** Crema de Calabaza Patata, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 657 Lip: 26,55 Prot: 38,73 HC: 65,97
Cena: Arroz + Ave + Lácteo
- 15** Menestra Rehogada J Verde Brocol Guisante, Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 603 Lip: 24,43 Prot: 36,73 HC: 57,50
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo
- 22** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin Guisante, Tomate Frito
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 688 Lip: 23,83 Prot: 33,92 HC: 87,49
Cena: Arroz + Pescado + Fruta
- 29** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa con Queso Tortilla Francesa, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj
Ensalada de Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 693 Lip: 24,18 Prot: 31,74 HC: 90,78
Cena: Pasta + Ave + Lácteo

Jueves

- 2** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes, Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 651 Lip: 23,86 Prot: 22,23 HC: 86,30
Cena: Patata + Carne + Fruta
- 9** Pasta al Gratin Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 721 Lip: 21,43 Prot: 40,56 HC: 92,90
Cena: Verdura + Carne + Fruta
- 16** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallón
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 695 Lip: 23,54 Prot: 30,04 HC: 95,04
Cena: Verdura + Ave + Fruta
- 23** Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 713 Lip: 22,57 Prot: 44,32 HC: 85,89
Cena: Patata + Huevo + Lácteo
- 30** Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 625 Lip: 23,56 Prot: 39,62 HC: 65,75
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

- 3** Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 712 Lip: 26,42 Prot: 30,76 HC: 91,58
Cena: Verdura + Huevo + Fruta
- 10** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Jamón Harina, Leche, Jamon, Cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 734 Lip: 25,95 Prot: 25,69 HC: 102,14
Cena: Pasta + Pescado + Fruta
- 17** Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 706 Lip: 26,14 Prot: 29,96 HC: 91,21
Cena: Patata + Carne + Fruta
- 24** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria
Merluza al Horno Merluza Medallón, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 664 Lip: 22,20 Prot: 35,63 HC: 83,47
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

