


ALÉRGENOS


1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



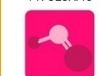
9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. ALTRAMUCES



14. MOLUSCOS

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro

LUNES

2

Arroz caldoso con verduras y pollo (19) - Rice with chicken
Magro Stroganoff con verduras y cuscús (1, 6) - Pork stew
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
629,58	34,41	74,42	21,20	5,07


MARTES

3

Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan (1) - Bread
Petit Suisse (7) -

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
679,85	44,16	80,56	20,11	6,89

MIÉRCOLES

4

Coditos a la carbonara (1, 3, 6, 7) - Carbonara pasta
Salmon al horno (4) - Baked salmon
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral y leche (1, 7) - Bread & milk
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
689,27	34,20	75,29	27,93	6,30

JUEVES

5

Alubias blancas estofadas con verduras y chorizo (19) - White bean's stew
Tortilla de jamón cocido (3, 6) - Ham omelette
lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
637,62	30,23	64,29	30,12	6,48


VIERNES

6

Crema de zanahorias (eco) (12) - Cream of carrot soup
Rabas de calamar (1, 2, 3, 4, 6, 7, 12, 14) - Breaded squid
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral y leche (1) - Bread & milk
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
631,01	21,07	79,82	24,87	3,00

9

Patatas guisadas con verduras - Potato casserole with vegetables
Limanda rebozada (3, 4) - Breaded fish
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
673,90	28,53	85,91	24,30	3,48

10

Arroz con tomate - Rice with tomato
Tortilla de patata y calabacín (3) - Potato and zucchini omelette
lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
659,36	17,87	86,08	28,06	4,41

11

Crema de calabaza (eco) - Cream of pumpkin soup
Jamoncitos de pollo asados - Grilled chicken fillet
con patatas fritas - with potatoes
Pan integral y leche (1, 7) - Bread & milk
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
638,91	26,73	78,23	24,35	3,67



12

Lentejas guisadas con verduras (1, 19) - Lentil stew
Merluza en salsa verde (1, 4, 19) - Hake fish in parsley sauce
con ensalada (12) - with salad
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
674,13	39,99	79,98	21,21	2,94

13

- JORNADA AMERICANA - -
Mac and Cheese (1, 3, 7) - Pasta with tomato sauce & cheese
Brooklyn Burger with Potato Wedges (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 19) - Beef burger
Chocolate Brownie (1, 3, 7, 8, 12) -

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
967,95	35,62	111,26	29,03	13,03

16

Crema de calabacín con queso y picatostes (1, 7) - Cream of zucchini & cheese soup
Albóndigas de ternera con verduras y patatas dado (19) - Meatballs with vegetables & potatoes
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
668,78	18,09	62,71	37,51	9,45

17

Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan integral y leche (1, 7) - Bread & milk
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
646,72	39,69	80,86	18,05	5,43

18

Espirales integrales gratinados (1, 3, 7) - Pasta with tomato & cheese
Abadejo al horno (4) - Baked fish
con zanahorias baby - with carrots
Pan (1) - Bread
Natillas con galleta (1, 7) - Vanilla cream

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
664,42	34,33	75,75	24,90	6,95

19

Arroz con verduras - Rice with vegetables
Escalope de pollo (1, 6, 10) - Breaded chicken fillet
lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan integral y leche (1, 7) - Bread & milk
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
691,28	18,17	80,73	24,99	3,77



20

Lentejas guisadas con verduras (1, 19) - Lentil stew
Huevos fritos con patatas (3) - Fried eggs with potatoes
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
647,60	27,21	80,86	25,39	4,12

23

Menestra de verduras con jamón y huevo cocido (3, 6, 19) - Vegetable stew with ham
Lomo asado en salsa de zanahoria - Pork with sauce
con patatas Rostie - with potatoes
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
695,96	33,85	70,92	31,14	6,48



24

Judías pintas con verduras (19) - Red bean stew with vegetables
Tortilla de atún (3, 4) - Tuna omelette
lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
607,58	29,64	61,41	27,93	4,67

25

Arroz tres delicias (jamón, huevo y guisantes) (3, 6, 19) - Fried rice
Merluza al horno (4) - Baked hake fish
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
658,17	33,91	80,69	22,36	4,79



26

Crema de verduras (eco) - Cream of vegetable soup
Guiso de pavo con verduras y cuscús (1, 6, 10) - Turkey stew with vegetables
Pan y leche (1, 7) - Bread & milk
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
621,98	33,78	86,43	15,45	2,58

27

Espaguetis con tomate (1, 3) - Pasta with tomato
Palometa en salsa de cebolla (4) - Fish in sauce
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral y leche (1, 7) - Bread & milk
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
756,46	35,38	100,37	23,72	3,65

