

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS

 GLUTEN

 CRUSTÁCEOS

 HUEVOS

 PESCADO

 CACAHUETE

 SOJA

 LÁCTEOS

 F.CÁSCARA

 APIO

 MOSTAZA

 SÉSAMO

 SULFITOS

 ALTRAMUZ

 MOLUSCOS

A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			01 Sopa de cocido completo con pasta integral Segundo de cocido completo Naranja Pan blanco En:652kcal/2746Kj; Gr:19,8g; GrSat:1,79g; GrTra:0,00g; HC:64,5g; Az:7,93g; Fib:3,93g; Pr:52,2g; Sal:1,07g; A:      T:  	02 CELEBRAMOS LA JORNADA GASTRONÓMICA DE ISLAS BALEARES Tumbet mallorquín Pollo en salsa con patatas fritas Pera Pan integral En:417kcal/1754Kj; Gr:11,3g; GrSat:0,94g; GrTra:0,00g; HC:47,6g; Az:27,6g; Fib:7,51g; Pr:27,5g; Sal:2,22g; A:     T:  
05 Arroz con verduras Huevos revueltos con pavo Ensalada de col Yogur Pan blanco En:814kcal/3435Kj; Gr:18,7g; GrSat:5,88g; GrTra:0,00g; HC:126g; Az:100g; Fib:2,35g; Pr:34,5g; Sal:3,93g; A:      T:  	06 Lentejas estofadas con verduras variadas Cinta de lomo adobada a la plancha Ensalada Mixta (lechuga, tomate, cebolla, zanahoria) Manzana Pan integral En:520kcal/2182Kj; Gr:21,7g; GrSat:6,15g; GrTra:0,00g; HC:30,6g; Az:23g; Fib:4,89g; Pr:48,1g; Sal:6,60g; A:     T:  	07 Crema de brócoli Albóndigas de ternera caseras en salsa Arroz integral hervido Plátano Pan blanco En:698kcal/2937Kj; Gr:22g; GrSat:4,45g; GrTra:0,00g; HC:91g; Az:25,7g; Fib:7,94g; Pr:30,2g; Sal:1,45g; A:      T:   	08 Pasta con chorizo y tomate Rollitos de verdura fritos Ensalada de Quinoa y hortalizas Melón Pan blanco En:795kcal/3347Kj; Gr:21,8g; GrSat:2,26g; GrTra:0,00g; HC:121g; Az:21,8g; Fib:8,27g; Pr:24,2g; Sal:3,62g; A:      T:    	09 Judías verdes con tomate Jamoncitos de pollo asados al limón Patata panadera Sandía Pan integral En:540kcal/2255Kj; Gr:29,5g; GrSat:1,82g; GrTra:0,00g; HC:26,8g; Az:16,1g; Fib:3,73g; Pr:40g; Sal:3,31g; A:      T:  
12 Festivo	13 Arroz con tomate Tortilla de calabacín Ensalada de brócoli con vinagreta de miel y mostaza Naranja Pan integral En:495kcal/2079Kj; Gr:18,2g; GrSat:3,40g; GrTra:0,00g; HC:63,2g; Az:58,4g; Fib:3,91g; Pr:17,6g; Sal:2,45g; A:      T:  	14 Alubias blancas estofadas con verduras variadas Pavo a la plancha Ensalada de lechuga aceitunas y maiz Pera Pan blanco En:874kcal/3684Kj; Gr:23,2g; GrSat:1,26g; GrTra:0,00g; HC:87,6g; Az:18,3g; Fib:5,98g; Pr:75,8g; Sal:1,79g; A:    T:   	15 Coliflor salteada / ajoarriero Pollo Asado al Horno con Patatas Manzana Pan blanco En:662kcal/2783Kj; Gr:20g; GrSat:1,59g; GrTra:0,00g; HC:57,2g; Az:19,7g; Fib:11,2g; Pr:57,7g; Sal:2,88g; A:   T:   	16 Sopa de cocido completo con pasta integral Segundo de cocido completo Plátano Pan integral En:655kcal/2757Kj; Gr:19,5g; GrSat:1,93g; GrTra:0,00g; HC:67,9g; Az:29g; Fib:6,99g; Pr:48,7g; Sal:1,07g; A:      T: 
19 Lentejas estofadas con chorizo Burguer vegetal Ensalada de quinoa y hortalizas Gelatina de frutas Pan blanco En:738kcal/3098Kj; Gr:29,5g; GrSat:3,23g; GrTra:0,00g; HC:71,7g; Az:6,14g; Fib:4,97g; Pr:44,1g; Sal:3,73g; A:      T:  	20 Arroz campero Huevos cocidos rellenos de jamón de york Ensalada murciana (tomate, aceituna, cebolla) Sandía Pan integral En:668kcal/2805Kj; Gr:25,1g; GrSat:6,13g; GrTra:0,00g; HC:79g; Az:73,9g; Fib:2,75g; Pr:30g; Sal:4,51g; A:     T:  	21 Crema de puerros Magro de cerdo con tomate Arroz integral hervido Naranja Pan blanco En:682kcal/2861Kj; Gr:27,5g; GrSat:5,21g; GrTra:0,00g; HC:66,4g; Az:9,07g; Fib:5,28g; Pr:39,5g; Sal:3,50g; A:    T:   	22 Pasta a la boloñesa Pavo estofado con verduras Pera Pan blanco En:716kcal/3022Kj; Gr:14,7g; GrSat:3,04g; GrTra:0,00g; HC:102g; Az:20,8g; Fib:8,82g; Pr:40g; Sal:3,18g; A:    T:    	23 Guisantes salteados con huevo Pollo al ajillo Ensalada de lechuga, aceitunas y tomate Manzana Pan integral En:444kcal/1860Kj; Gr:18g; GrSat:2,05g; GrTra:0,00g; HC:28,8g; Az:21g; Fib:5,90g; Pr:38,6g; Sal:3,16g; A:     T:  

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



GLUTEN CRUSTÁCEOS HUEVOS PESCADO CACAHUETE SOJA LÁCTEOS F.CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITOS ALTRAMUZ MOLUSCOS
A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
26 Arroz con verduras Cinta de lomo adobada a la plancha Ensalada de coliflor, hortalizas y limón Yogur Pan blanco En:913kcal/3849Kj; Gr:24,2g; GrSat:8,19g; GrTra:0,00g; HC:129g; Az:104g; Fib:6,12g; Pr:41,6g; Sal:5,00g; A: T:	27 Alubias pintas estofadas con verduras Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano Pan integral En:700kcal/2928Kj; Gr:29g; GrSat:5,62g; GrTra:0,00g; HC:65,4g; Az:32,1g; Fib:23g; Pr:33g; Sal:3,00g; A: T:	28 Col rehogada con ajos Filete de pollo empanado casero Ensalada italiana de tomate y queso Melón Pan blanco En:637kcal/2667Kj; Gr:31,9g; GrSat:4,86g; GrTra:0,00g; HC:52,5g; Az:17,2g; Fib:2,86g; Pr:33,6g; Sal:4,02g; A: T:	29 Sopa de cocido completo con pasta integral Segundo de cocido completo Sandía Pan blanco En:653kcal/2750Kj; Gr:19,9g; GrSat:1,87g; GrTra:0,00g; HC:64,2g; Az:8,04g; Fib:3,17g; Pr:52,7g; Sal:1,07g; A: T:	30 Crema de calabaza Pollo en salsa con patatas fritas Naranja Pan integral En:467kcal/1961Kj; Gr:17,3g; GrSat:1,17g; GrTra:0,00g; HC:47,3g; Az:16,3g; Fib:6,01g; Pr:27,7g; Sal:1,71g; A: T: