

Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor

1

2

3



6

7

8

9

10



Lentejas con arroz
Rape en salsa
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan
Fruta fresca

528,7Kcal - Prot:24,9g - Lip:11,4g - HC:75,4g AGS:1,9g - Azúcares:17,1g - Sal:1,9g

Ensalada César(lechuga, pollo, picatostes, queso y salsa cesar)
Fideua de pescado
Pan
Fruta fresca

555,9Kcal - Prot:23,9g - Lip:18,0g - HC:71,0g AGS:4,3g - Azúcares:11,1g - Sal:2,0g

Olla gitana
Tortilla francesa
Lechuga, tomate y maíz
Pan integral
Yogur sabor

592,9Kcal - Prot:27,0g - Lip:18,8g - HC:72,1g AGS:5,4g - Azúcares:24,7g - Sal:1,6g

Sopa de pescado
Pizza de jamón york y queso
Lechuga, tomate y remolacha
Pan
Fruta fresca

654,6Kcal - Prot:25,6g - Lip:22,8g - HC:83,5g AGS:5,6g - Azúcares:12,2g - Sal:3,5g

13

14

15

16

17

Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, atún y huevo)
Arroz con magra y verduras de proximidad
Pan- Yogur sabor

666,6Kcal - Prot:28,6g - Lip:19,6g - HC:92,4g AGS:6,0g - Azúcares:23,2g - Sal:1,6g

Judías blancas estofadas con tomate, cebolla, pimiento y pimientos de la vega
Hamburguesa mixta completa con pan
Lechuga, tomate y atún
Pan integral

829,5Kcal - Prot:34,7g - Lip:37,2g - HC:79,5g AGS:5,3g - Azúcares:12,5g - Sal:2,2g

Espaguetis salteados con salmón
Tortilla de guisantes
Lechuga, tomate y maíz
Pan
Fruta fresca

583,5Kcal - Prot:24,6g - Lip:19,9g - HC:72,4g AGS:3,8g - Azúcares:11,8g - Sal:1,7g

Crema de calabaza, patata y puerro con picatostes caseros
Pollo al limón con champiñón salteado
Lechuga, tomate y aceitunas
Pan integral- Fruta fresca

493,3Kcal - Prot:20,6g - Lip:18,0g - HC:56,6g AGS:3,8g - Azúcares:15,3g - Sal:2,3g

Sopa con garbanzos
Merluza al horno con patatas
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan
Fruta fresca

587,1Kcal - Prot:30,9g - Lip:14,5g - HC:78,5g AGS:2,2g - Azúcares:11,1g - Sal:1,6g

20

21

22

23

24

Macarrones con atún
Tortilla de verduras frescas
Lechuga, tomate y maíz
Pan
Fruta fresca

642,8Kcal - Prot:22,9g - Lip:24,6g - HC:78,4g AGS:4,7g - Azúcares:11,7g - Sal:1,8g

Lentejas con quínoa ecológica
Ternera en salsa con patatas
Lechuga, tomate y aceitunas
Pan integral
Fruta fresca

645,0Kcal - Prot:28,8g - Lip:24,6g - HC:70,2g AGS:7,1g - Azúcares:12,6g - Sal:1,9g



Cazuela de pollo con patata, cebolla, pimiento y zanahoria de la huerta
Pescado rebozado
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan- Fruta fresca

789,5Kcal - Prot:22,4g - Lip:56,4g - HC:45,8g AGS:10,0g - Azúcares:9,2g - Sal:1,8g

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Lechuga, tomate y atún
Pan integral
Fruta fresca

617,0Kcal - Prot:23,4g - Lip:24,0g - HC:70,1g AGS:6,2g - Azúcares:13,1g - Sal:1,5g

Ensalada Waldorf (lechuga, manzana, pollo y zanahoria)
Arroz marinero
Pan
Yogur sabor

554,9Kcal - Prot:19,2g - Lip:14,2g - HC:86,0g AGS:4,5g - Azúcares:24,4g - Sal:2,0g

SANTO TOMAS
AQUINO

27
DE

28

29

30

31

Ensalada fresca (lechuga, zanahoria, tomate, pavo y queso fresco)
Paella de arroz con verduras y bacalao
Pan integral
Yogur sabor

572,3Kcal - Prot:23,9g - Lip:14,0g - HC:84,5g AGS:5,1g - Azúcares:26,1g - Sal:2,0g



Garbanzos al curry con trigo eby
Croquetas
Lechuga, tomate y atún
Pan
Fruta fresca



688,6Kcal - Prot:29,7g - Lip:23,9g - HC:61,0g AGS:8,6g - Azúcares:16,9g - Sal:3,0g

Sopa minestrone
Pollo al ajillo con patatas
Lechuga, tomate y maíz
Pan integral
Fruta fresca

474,6Kcal - Prot:20,9g - Lip:14,9g - HC:59,4g AGS:3,0g - Azúcares:11,5g - Sal:1,6g

Canelones de atún bella aurora gratinados
Tortilla francesa casera
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan- Fruta fresca

561,1Kcal - Prot:20,0g - Lip:31,7g - HC:47,0g AGS:8,0g - Azúcares:11,0g - Sal:2,6g