



1

2

Festivo**Festivo****Sopa de ave con fideos sin gluten****Pechuga de pavo a la plancha** ☀**Ensalada Nº 1****Fruta de temporada****Pan** ☀

Pro: 40 Lip: 32 HC: 68 Kcal: 754

Lentejas con arroz integral ☀**Croquetas de merluza caseras sin huevo****Pieza de fruta eco****Pan** ☀

Pro: 27 Lip: 24 HC: 81 Kcal: 641

Crema de verduras Eco ☀**Hamburguesa a la plancha** ☀**Ensalada Nº 2** ☀**Yogur natural artesano** ☀**Pan** ☀

Pro: 32 Lip: 43 HC: 50 Kcal: 704

Arroz con tomate
Pechuga de pollo a la plancha
Ensalada Nº4 ☀
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 38 Lip: 25 HC: 75 Kcal: 722

Pasta sin gluten con verduras
Merluza a la plancha ☀
Ensalada Nº 1
Pieza de fruta eco
Pan ☀
 Pro: 36 Lip: 25 HC: 113 Kcal: 822

Puré de verduras con puerro (eco) ☀
Alitas de pollo en salsa barbacoa
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 28 Lip: 27 HC: 84 Kcal: 721

Garbanzos con chorizo ☀
Palometa al orio ☀
Pieza de fruta eco
Pan ☀
 Pro: 39 Lip: 31 HC: 75 Kcal: 713

Borrajas (eco) cocidas con patatas ☀
Pollo asado con cebolla
Ensalada Nº 3
Yogur natural artesano ☀
Pan ☀
 Pro: 55 Lip: 35 HC: 42 Kcal: 695

Macarrones sin gluten con tomate
Salmón a la plancha ☀
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 26 Lip: 32 HC: 103 Kcal: 851

Judías blancas con verduras
Estofado de pavo ☀
Pieza de fruta eco
Pan ☀
 Pro: 42 Lip: 20 HC: 90 Kcal: 681

Acelgas(eco)rehogadas con patata ☀
Merluza al horno ☀
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 35 Lip: 28 HC: 68 Kcal: 689

Arroz con longaniza ☀
Merluza a la plancha ☀
Ensalada Nº 2 ☀
Pieza de fruta eco
Pan ☀
 Pro: 39 Lip: 26 HC: 87 Kcal: 751

Crema de calabaza eco ☀
Pechuga de pollo en salsa de champiñones ☀
Ensalada Nº4 ☀
Yogur natural artesano ☀
Pan ☀
 Pro: 34 Lip: 30 HC: 59 Kcal: 633

Judías verdes con patata ☀
Cinta de lomo de cerdo a la riojana
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 37 Lip: 31 HC: 75 Kcal: 764

Guisantes salteados con patata y jamón ☀
Merluza al horno con pimientos rojos asados ☀
Ensalada Nº4 ☀
Pieza de fruta eco
Pan ☀
 Pro: 20 Lip: 32 HC: 74 Kcal: 643

Sopa de cocido sin gluten
Pechuga de pollo empanada sin huevo ☀
Ensalada Nº 2 ☀
Fruta de temporada
Pan ☀
 Pro: 30 Lip: 22 HC: 71 Kcal: 651

Festivo

Arroz con tomate
Merluza a la plancha ☀
Ensalada Nº4 ☀
Yogur natural artesano ☀
Pan ☀
 Pro: 39 Lip: 30 HC: 59 Kcal: 682