



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

- PATATAS CON VERDURAS
- HAMBURGUESA MIXTA EN SALSA CON CALABAZA
- FRUTA FRESCA Y PAN

03

- ALUBIAS PINTAS GUIADAS
- ZAPATERO CON GUIANTES Y HUEVO
- ARROZ BLANCO
- FRUTA FRESCA Y PAN

04

- SOPA DE PICADILLO
- ESCALOPE DE POLLO
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- PATATA DADO
- LÁCTEO Y PAN INTEGRAL

05

- FUSILLIS ITALIANA
- BACALAO EN SALSA
- FRUTA FRESCA Y PAN

06

- CREMA DE VERDURAS
- MAGRO GUIADO
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

09

- MACARRONES PRIMAVERA
- FILETE DE GALLO A LA ROMANA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

10

- GARBANZOS CON VERDURAS
- TORTILLA FRANCESA DE JAMÓN
- ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO
- FRUTA FRESCA Y PAN

11

- COLIFLOR AJOARRIERO
- ESTOFADO DE AVE CON PATATAS Y ZANAHORIA
- LÁCTEO Y PAN INTEGRAL

12

13

16

- CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO
- LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA FRESCA Y PAN

17

- LENTEJAS CON VERDURA
- TORTILLA GUIADA
- FRUTA FRESCA Y PAN

18

- JUDÍAS VERDES CON PATATAS
- ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
- LÁCTEO Y PAN INTEGRAL

19

- ARROZ CON POLLO
- MERLUZA EN SALSA
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

20

- GARBANZOS CON REPOLLO
- ZANCARRÓN CON TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

23

- PURÉ DE ZANAHORIAS
- JAMÓN ASADO
- PATATA AL VAPOR
- FRUTA FRESCA Y PAN

24

- ARROZ BLANCO CON TOMATE
- BIENMESABE DE ABADAJE
- ENSALADA
- FRUTA FRESCA Y PAN

25

- LENTEJAS GUIADAS
- TORTILLA DE PATATAS
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- LONCHA DE QUESO
- LÁCTEO Y PAN INTEGRAL

26

- MENESTRA DE VERDURAS
- MERLUZA EN SALSA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA FRESCA Y PAN

27

- ESPAGUETIS GRATINADOS
- JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA
- PATATA Y ZANAHORIA
- FRUTA FRESCA Y PAN

30

- BORRAJA REHOGADA
- ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA
- FRUTA FRESCA Y PAN

31

- CREMA DE VERDURAS
- SALMÓN AL HORNO
- PATATA PANADERA
- FRUTA FRESCA Y PAN

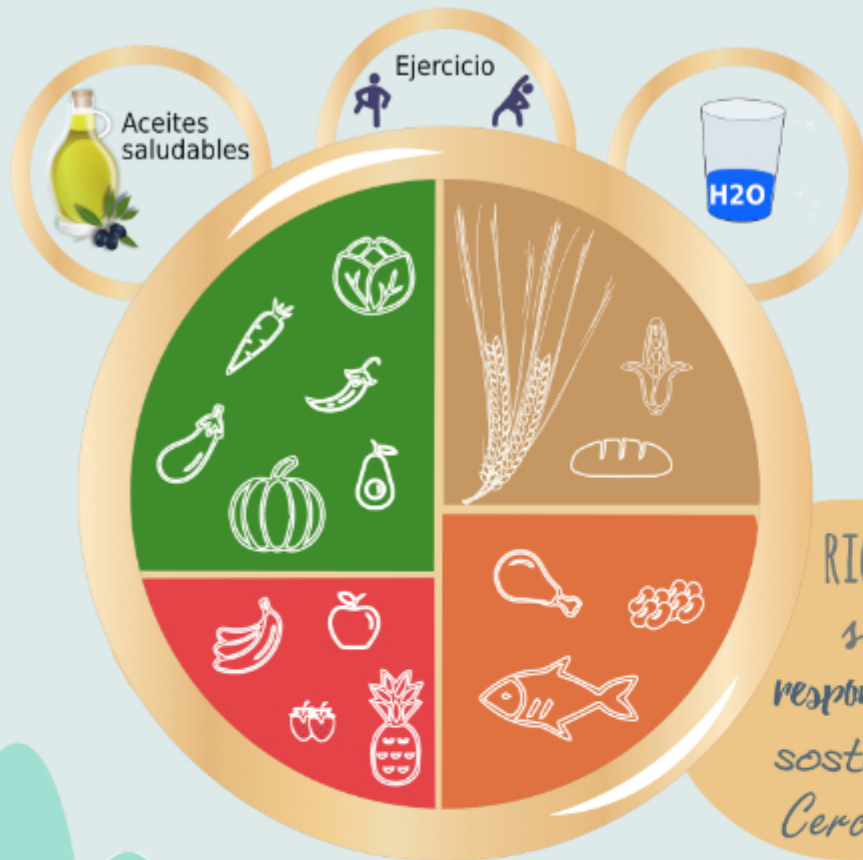
Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Arroz, pasta o patata
Pescado o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta



Una alimentación sana, junto a una adecuada actividad física, es fundamental para nuestra calidad de vida.

Una alimentación comprometida con el cuidado del medio ambiente es básica para que generaciones futuras vivan en un entorno más limpio y sostenible.

Siempre que confías en Gastronomic hay detrás un equipo de personas formadas para que comas rico, saludable y de forma responsable.

www.cuidateycomesano.com



**SALUD Y NUTRICIÓN
A TU ALCANCE**

