



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01 Kcal 490 P. 24
Lip. 12 H.C. 66

- SOPA DE COCIDO
- COCIDO COMPLETO
- FRUTA FRESCA Y PAN

04 05 06 07 08

11 Kcal 943 P. 22
Lip. 44 H.C. 104

- ARROZ BLANCO CON TOMATE
- TORTILLA DE CALABACÍN
- ENSALADA MIXTA
- FRUTA FRESCA Y PAN

12 Kcal 519 P. 41
Lip. 12 H.C. 52

- CREMA DE CALABAZA
- POLLO ASADO
- PATATA DADO
- LÁCTEO O FRUTA

13 14

15

18 Kcal 875 P. 28
Lip. 44 H.C. 84

- LENTEJAS GUIADAS
- TORTILLA ESPAÑOLA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

19 Kcal 508 P. 29
Lip. 14 H.C. 57

- COLIFLOR CON AJADA
- POLLO GUIADO CON PATATAS
- ENSALADA
- FRUTA FRESCA Y PAN INTEGRAL

20 21 22

25 26 27 28 29

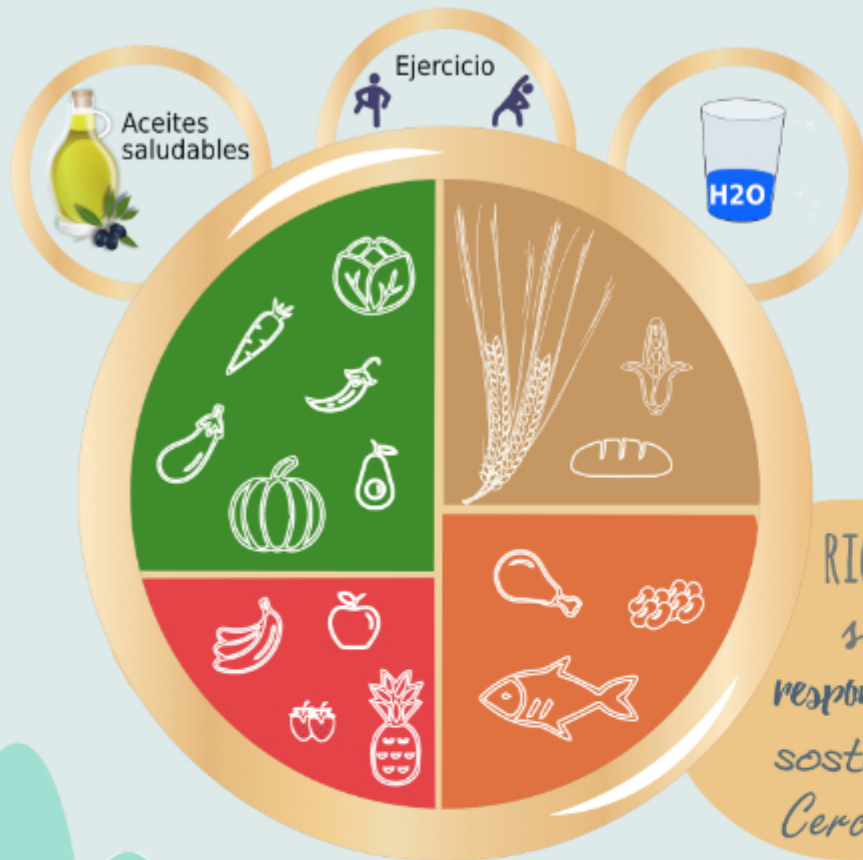
Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

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**

