

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

"Primer COMEDOR SOSTENIBLE certificado AENOR de Castilla y León"



"Todos nuestros menús se acompañan siempre de pan INTEGRAL"



<p>2</p> <p>Crema tibia de verduras asadas</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>548,4Kcal - Prot:34,1g - Lip:18,7g - HC:56,5g AGS:4,0g - Azúcares:17,9g - Sal:1,5g</p>	<p>3</p> <p>Macarrones con tomate natural</p> <p>Merluza al horno con picada de ajo-perejil y ensalada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>544,6Kcal - Prot:25,0g - Lip:15,0g - HC:76,2g AGS:4,6g - Azúcares:21,7g - Sal:1,6g</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de garbanzos con caballa en escabeche</p> <p>Filete de jamón de cerdo a la plancha</p> <p>Lácteo</p> <p>588,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:10,3g - HC:83,0g AGS:2,2g - Azúcares:18,9g - Sal:0,8g</p>	<p>5</p> <p>Arroz ECOLÓGICO con champiñones, york y cebolla</p> <p>Filete de lomo asado con calabacín</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>609,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,2g - HC:71,7g AGS:4,6g - Azúcares:28,3g - Sal:1,8g</p>	<p>6</p> <p>Crema templada de calabaza y zanahoria</p> <p>Tacos de salmón a la naranja con ensalada primavera</p> <p>Lácteo</p> <p>598,2Kcal - Prot:31,2g - Lip:18,6g - HC:74,4g AGS:6,2g - Azúcares:25,7g - Sal:2,0g</p>
<p>9</p> <p>FESTIVO</p>	<p>10</p> <p>Cazuela de patatas estofadas con picadillo de chorizo</p> <p>Merluza braseada en salsa de limón y ensalada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>541,1Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,6g - HC:59,5g AGS:3,6g - Azúcares:17,1g - Sal:2,2g</p>	<p>11</p> <p>Crema de verduras frescas con patata ECOLÓGICA</p> <p>Cinta de lomo asada en salsa de zanahoria y cebolla</p> <p>Lácteo</p> <p>490,7Kcal - Prot:31,9g - Lip:16,6g - HC:50,2g AGS:4,9g - Azúcares:27,1g - Sal:1,9g</p>	<p>12</p> <p>Caracolillos al horno con salchichas y espinacas a la crema vegetal</p> <p>Filete de pollo a la plancha con ensalada oriental</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>785,5Kcal - Prot:30,5g - Lip:34,4g - HC:83,1g AGS:10,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g</p>	<p>13</p> <p>Lentejas a la jardinera</p> <p>Croquetas de bacalao con ensalada Caprese</p> <p>Lácteo</p> <p>501,3Kcal - Prot:35,6g - Lip:11,1g - HC:61,3g AGS:3,6g - Azúcares:22,4g - Sal:1,7g</p>
<p>16</p> <p>Arroz blanco con salsa de tomate casera</p> <p>Merluza en salsa verde con guarnición de brócoli</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>614,9Kcal - Prot:31,7g - Lip:20,0g - HC:74,1g AGS:4,9g - Azúcares:18,1g - Sal:1,5g</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín con picatostes</p> <p>Fiambre de lomo rustido con ensalada César</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>654,1Kcal - Prot:35,2g - Lip:20,5g - HC:80,1g AGS:6,1g - Azúcares:27,4g - Sal:1,8g</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido completo con garbanzo ECOLÓGICO, ternera y pollo</p> <p>Lácteo</p> <p>588,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:10,3g - HC:83,0g AGS:2,2g - Azúcares:18,9g - Sal:0,8g</p>	<p>19</p> <p>Coliflor gratinada con bechamel</p> <p>Caballa en escabeche ligero con ensalada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>603,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:27,3g - HC:52,9g AGS:6,8g - Azúcares:18,4g - Sal:1,7g</p>	<p>20</p> <p>Cazuela de alubias blancas con patatas y acelgas</p> <p>Contramuslo de pollo al horno con patata bastón</p> <p>Lácteo</p> <p>642,5Kcal - Prot:34,8g - Lip:22,0g - HC:67,0g AGS:6,0g - Azúcares:25,5g - Sal:1,8g</p>
<p>23</p> <p>Sopa de pollo, huevo y zanahoria</p> <p>Albóndigas de ternera al horno en salsa con sofrito vegetal</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>512,4Kcal - Prot:32,8g - Lip:16,9g - HC:55,3g AGS:4,4g - Azúcares:16,8g - Sal:8,4g</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes en salsa de tomate con york y cebolla</p> <p>Tortilla de patata con ensalada primavera</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>434,0Kcal - Prot:12,6g - Lip:17,5g - HC:49,6g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:3,1g</p>	<p>25</p> <p>Lentejas castellanas a la jardinera</p> <p>Bacalao empanado al horno con verduras</p> <p>Lácteo</p> <p>574,3Kcal - Prot:35,0g - Lip:16,9g - HC:66,1g AGS:6,1g - Azúcares:24,9g - Sal:1,6g</p>	<p>26</p> <p>Crema Reina con picatostes</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con manzana ECOLÓGICA asada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>541,7Kcal - Prot:27,2g - Lip:16,5g - HC:66,0g AGS:3,8g - Azúcares:26,7g - Sal:1,6g</p>	<p>27</p> <p>Ensalada de espirales vegetales con queso fresco</p> <p>Filete de merluza en salsa de zanahoria y tomate natural</p> <p>Lácteo</p> <p>587,2Kcal - Prot:27,3g - Lip:22,5g - HC:65,5g AGS:5,0g - Azúcares:23,3g - Sal:1,6g</p>