



Festivo

1

Festivo

2

5

Arroz con pollo
Huevo frito 🍳
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 22 Lip: 34 HC: 101 Kcal: 854

6

Macarrones con tomate 🍅🍅🍅🍅
Tortilla de patata casera 🍳🍅
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 23 Lip: 32 HC: 115 Kcal: 872

7

Crema de verduras Eco 🌿
Hamburguesa 🍔
Patatas fritas 🍟
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 26 Lip: 45 HC: 80 Kcal: 856

8

Lentejas estofadas 🍲
Pechuga de pavo a la plancha 🍗
Ensalada Nº 3
Yogur 🥛
Pan integral 🍞🌿🌿🌿🌿

Pro: 57 Lip: 29 HC: 75 Kcal: 782

9

Acelgas(eco) con patatas 🍅
Pollo asado con cous cous 🍗
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 32 Lip: 36 HC: 96 Kcal: 868

12

Judías verdes con patata 🍅
Cinta de lomo de cerdo a la riojana 🍖
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 37 Lip: 31 HC: 75 Kcal: 764

13

Garbanzos estofados
Tofu a la provenzal
Ensalada Nº 3
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 31 Lip: 28 HC: 100 Kcal: 782

14

Brócoli ecológico rehogado con patata 🍅
Alitas de pollo en salsa barbacoa
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 39 Lip: 39 HC: 74 Kcal: 828

15

Arroz con tomate
Tofu a la plancha
Ensalada Nº4 🥗
Yogur 🥛
Pan integral 🍞🌿🌿🌿🌿

Pro: 34 Lip: 43 HC: 92 Kcal: 879

16

Espaguetis con verduras 🍅🍅🍅🍅
Tortilla francesa con queso 🍳🧀
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 30 Lip: 35 HC: 100 Kcal: 875

19

Guisantes con jamon
Pechuga de pavo a la plancha 🍗
Patatas fritas 🍟
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 44 Lip: 34 HC: 64 Kcal: 770

20

Paella de verduras
Albóndigas en salsa 🍅
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 30 Lip: 33 HC: 91 Kcal: 831

21

Coliflor(eco)a la gallega
Huevos al plato con jamón y tomate 🍳
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 29 Lip: 34 HC: 54 Kcal: 665

22

Espirales a la carbonara 🍝🥚
Tortilla francesa 🍳
Ensalada Nº 1
Yogur 🥛

Pro: 35 Lip: 50 HC: 80 Kcal: 908

23

Ensalada alemana 🥗
Pollo asado
Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 41 Lip: 44 HC: 67 Kcal: 857

26

Macarrones integrales con tomate 🍅🍅🍅🍅
Huevo frito 🍳
Ensalada Nº4 🥗
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 23 Lip: 39 HC: 83 Kcal: 819

27

Arroz con setas
Lomo adobado a la plancha
Verduras salteadas
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 37 Lip: 34 HC: 102 Kcal: 891

28

Crema de brócoli (eco) con queso 🥛🥦
Tortilla de patata casera 🍳🍅
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 20 Lip: 33 HC: 94 Kcal: 773

29

Alubias blancas estofadas
Pisto de verduras con huevo duro 🍳
Yogur 🥛
Pan integral 🍞🌿🌿🌿🌿

Pro: 28 Lip: 19 HC: 78 Kcal: 581

30

Borrajás (eco) cocidas con patatas 🍅
Pechuga de pollo empanada con pimientos 🍗
Fruta de temporada
Pan 🍞

Pro: 48 Lip: 35 HC: 70 Kcal: 826

ALÉRGENOS:

- Altramuces
- Apio
- Cacahuets
- Gluten
- Crustáceos
- Sulfitos
- Frutos secos
- Sésamo
- Huevo
- Lácteos
- Moluscos
- Mostaza
- Pescado
- Soja