



Festivo

1

4

Macarrones integrales con tomate 🍅🍅🍅🍅🍅
 Albóndigas vegetales al horno 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 3
 Yogur natural 🥛
 Pan 🍞
 Pro: 25 Lip: 27 HC: 55 Kcal: 567

5

Lentejas con arroz integral 🍅
 Estofado de tofu 🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 34 Lip: 27 HC: 80 Kcal: 727

6

Acelgas(eco)rehogadas con patata 🍅
 Salchichas vegetales 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº4 🥬
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 23 Lip: 33 HC: 69 Kcal: 702

7

Arroz con verduras
 Albóndigas vegetales con tomate 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 21 Lip: 19 HC: 89 Kcal: 656

8

Judías verdes con patata 🍅
 Hamburguesa vegetal 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Patatas panadera 🍅
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 19 Lip: 27 HC: 86 Kcal: 693

11

Arroz con verduras
 Salchichas vegetales 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 3
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 21 Lip: 27 HC: 88 Kcal: 730

12

Espaguetis con verduras 🍅🍅🍅🍅
 Seitán a la plancha 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 3
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 30 Lip: 30 HC: 108 Kcal: 863

13

Crema de verduras Eco 🍅
 Albóndigas vegetales al horno 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº4 🥬
 Yogur natural artesano 🥛
 Pan 🍞
 Pro: 27 Lip: 27 HC: 57 Kcal: 569

14

Garbanzos con arroz integral
 Hamburguesa vegetal 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 22 Lip: 24 HC: 89 Kcal: 703

15

Borrajás (eco) cocidas con patatas 🍅
 Tofu empanado 🍅🍅🍅🍅
 Cous cous 🍅
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 29 Lip: 34 HC: 68 Kcal: 713

18

Judías verdes con patata 🍅
 Huevo revuelto con tomate 🍅
 Ensalada Nº 3
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 18 Lip: 35 HC: 74 Kcal: 701

19

Alubias blancas estofadas
 Tofu a la plancha
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 36 Lip: 22 HC: 84 Kcal: 699

20

Fideua de verduras 🍅🍅🍅
 Hamburguesa vegetal 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 21 Lip: 29 HC: 98 Kcal: 775

21

Paella de verduras
 Seitán a la plancha 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Yogur natural 🥛
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 28 Lip: 31 HC: 80 Kcal: 716

22

Macarrones sin gluten con verduras
 Lentejas con verduras 🍅
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 21 Lip: 21 HC: 129 Kcal: 826

25

Guisantes salteados
 Hamburguesa vegetal 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Yogur natural artesano 🥛
 Pan 🍞
 Pro: 25 Lip: 30 HC: 59 Kcal: 600

26

Arroz con tomate
 Seitán a la plancha 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº4 🥬
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 26 Lip: 31 HC: 93 Kcal: 800

27

Judías verdes con patata 🍅
 Garbanzos estofados 🍅
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 21 Lip: 22 HC: 104 Kcal: 714

28

Macarrones integrales con tomate y queso 🍅🍅
 Salchichas vegetales 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 3
 Fruta de temporada
 Pan integral 🍞🍞🍞🍞
 Pro: 24 Lip: 30 HC: 78 Kcal: 729

29

Verdura (eco) de temporada con patata 🍅
 Albóndigas vegetales al horno 🍅🍅🍅🍅🍅🍅
 Ensalada Nº 1
 Fruta de temporada
 Pan 🍞
 Pro: 23 Lip: 24 HC: 72 Kcal: 621

ALÉRGENOS:

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