



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1 VACACIONES DE VERANO

2 VACACIONES DE VERANO

5 VACACIONES DE VERANO

6 VACACIONES DE VERANO

7 **ARROZ CON TOMATE**
SALCHICHAS DE PAVO
CON KETCHUP Y PATATAS
FRUTA Y PAN
 Rice with tomato
 Turkey sausages with fries and ketchup
 Fruit and bread
 KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g
 cena: wok de verduras con atun

8 **JUDIAS VERDES**
REHOGADAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Green beans with garlic
 Fried hake with salad
 Fruit and bread
 KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g
 cena: revuelto de champiñon y jamon

9 **GARBANZOS GUISADOS**
JAMONCITOS DE POLLO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Stewed chickpeas
 Chicken with carrots
 Dairy dessert and bread
 KCAL 715 PROT 54 g HC 46 g LIP 24 g
 cena: bacalao con tomate y pimienta

12 **PURE DE VERDURAS**
ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A
LA JARDINERA
FRUTA Y PAN
 Vegetables puree
 Meatballs in vegetables sauce
 Fruit and bread
 KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g
 cena: frucha asada con ensalada

13 **LENTEJAS CON VERDURAS**
FILETE DE POLLO EN SALS
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Lentils with vegetables
 Chicken in sauce with carrots
 Dairy dessert and bread
 KCAL 644 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g
 cena: cinta de lomo con patatas

14 **PASTA INTEGRAL**
A LA NAPOLITANA
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
 Grain Napolitana pasta
 Hake in sauce with pepper
 Fruit and bread
 KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g
 cena: tortilla de patata con ensalada

15 **ARROZ CON VERDURAS**
CINTA DE LOMO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Rice with vegetables
 Garlic pork with salad
 Fruit and bread
 KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g
 cena: judias verdes con atun

16 **SOPA DE COCIDO**
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
carbanzos , tocino, morcillo v chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
 Cocido soup
 chickpeas, bacon, veal, and chorizo
 Dairy dessert and bread
 KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g
 cena: dorada a la plancha con ensalada

19 **FIDEUA DE VERDURAS**
MERLUZA EN SALS
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
 Vegetable fideua
 Hake in green sauce with zucchini
 Fruit and bread
 KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g
 cena: crema de calabaza y pollo plancha

20 **JUDIAS PINTAS**
GUISADAS
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Stewed brown beans
 Baked ham with potatoe
 Dairy dessert and bread
 KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g
 cena: pavo en salsa con champiñon

21 **ARROZ MILANESA**
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Milanese rice
 French omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g
 cena: pollo asado con verduras

22 **JUDIAS VERDES REHOGADAS**
CANELONES DE TERNERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Green beans with garlic
 Veal canelonnis with salad
 Fruit and bread
 KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g
 cena: pavo salteado con calabacin

23 **PATATAS GUISADAS**
CON VERDURAS
POLLO ASADO CON
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Stewed potatoes with vegetables
 Roasted chicken with carrot
 Dairy dessert and bread
 KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g
 cena: ragu ternera en salsa con pimienta

26 **LENTEJAS ECOLOGICAS**
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Organic lentils with vegetables
 Spanish omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 671 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27 **MACARRONES CON CHORIZO**
ABADEJO A LA VIZCAINA
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN
 Macaronni with chorizo
 Fish in sauce with pepper
 Dairy dessert and bread
 KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28 **PURE DE VERDURAS**
ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
 Vegetables puree
 Meatballs with fries
 Fruit and bread
 KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29 **SOPA DE COCIDO**
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
carbanzos , tocino, morcillo v chorizo
FRUTA Y PAN
 Cocido soup
 chickpeas, bacon, veal, and chorizo
 Fruit and bread
 KCAL 908 PROT 44.3 g HC 104 g LIP 30.7 g

30 **PAELLA DE VERDURAS**
BOQUERONES REBOZADOS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Vegetables paella
 Fried fish with salad
 Dairy dessert and bread
 KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGICOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

JUDIA BLANCA Y VERDE

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



5 VACACIONES DE VERANO	6 VACACIONES DE VERANO	7 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA Y PAN KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g	1 VACACIONES DE VERANO	2 VACACIONES DE VERANO
12 PURE DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g	13 LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALS A CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g	14 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g	8 ENSALADA DE PATATA MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g	9 GARBANZOS GUIADOS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g
19 PASTA CON VERDURAS MERLUZA EN SALS A VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g	20 JUDIAS PINTAS GUIADAS LACON A LA GALLEGA CON PATATA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g	21 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA PATATA FRUTA Y PAN KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g	15 ARROZ CON VERDURAS CINTA DE LOMO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g	16 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , tocino, morcillo v chorizo POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g
26 LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g	27 MACARRONES CON CHORIZO ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g	28 CREMA DE ZANAHORIA ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A CON PATATAS FRUTA Y PAN KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g	22 PISTO DE VERDURAS CANELONES DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g	23 PATATAS GUIADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g
			29 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , tocino, morcillo v chorizc FRUTA Y PAN KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g	30 ARROZ CON VERDURAS BOQUERONES REBOZADOS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



WWW.SIGRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

SIN LEGUMBRE

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



5
VACACIONES DE VERANO

6
VACACIONES DE VERANO

7
ARROZ CON TOMATE
RAGU DE PAVO SALSA
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g

1
VACACIONES DE VERANO

2
VACACIONES DE VERANO

12
PURE DE VERDURAS
RAGU TERNERA SALSA
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g

13
CREMA DE CALABAZA
FILETE DE POLLO EN SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g

14
PASTA INTEGRAL
CON TOMATE
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g

15
ARROZ CON VERDURAS
CINTA DE LOMO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g

16
SOPA DE AVE
ESCALOPE DE POLLO
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

19
PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g

20
CREMA DE ZANAHORIA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g

21
ARROZ CON TOMATE
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g

22
PISTO DE VERDURAS
TERNERA EN SALSA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g

23
PATATAS GUIADAS
CON VERDURAS
POLLO ASADO CON
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g

26
COLIFLOR REHOGADA
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27
MACARRONES CON CHORIZO
ABADEJO A LA VIZCAINA
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28
CREMA DE ZANAHORIA
TERNERA EN SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29
SOPA DE AVE
RAGU POLLO SALSA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g

30
ARROZ CON VERDURAS
BOQUERONES REBOZADOS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

SIN FRITO

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



<p>5</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>6</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>7</p> <p>ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON CHAMPINON FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g</p>	<p>1</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>2</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>
<p>12</p> <p>PURE DE VERDURAS HAMBURGUESA TERNERA CON CON CALABAZA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g</p>	<p>13</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALS CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g</p>	<p>14</p> <p>PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g</p>	<p>8</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS MERLUZA MENIER CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g</p>	<p>9</p> <p>GARBANZOS GUIADOS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g</p>
<p>19</p> <p>FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALS VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g</p>	<p>20</p> <p>JUDIAS PINTAS GUIADAS LACON A LA GALLEGA CON PATATA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g</p>	<p>21</p> <p>ARROZ MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g</p>	<p>15</p> <p>ARROZ CON VERDURAS CINTA DE LOMO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g</p>	<p>16</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , tocino, morcillo v chorizo POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g</p>
<p>26</p> <p>LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON CALABAZA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES CON CHORIZO ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g</p>	<p>28</p> <p>PURE DE VERDURAS HAMBURGUESA TERNERA SALS CON BERENJENA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g</p>	<p>22</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CANELONES DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g</p>	<p>23</p> <p>PATATAS GUIADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g</p>
			<p>29</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , tocino, morcillo v chorizc FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g</p>	<p>30</p> <p>PAELLA DE VERDURAS PALOMETA A LA PIMIENTA CON CALABAZA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g</p>

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

ASTRINGENTE

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



1	VACACIONES DE VERANO	2	VACACIONES DE VERANO
5	VACACIONES DE VERANO	7	SOPA DE AVE POLLO HORNO CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 649 PROT 27 g HC 64 g LIP 18 g
6	VACACIONES DE VERANO	8	PASTA REHOGADA MERLUZA HORNO CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 706 PROT 33 g HC 102 g LIP 16 g
9	ARROZ REHOGADO POLLO HORNO CON ZANAHORIA aarbanzos . tocino. morcillo v chorizo KCAL 953 PROT 71,6 g HC 87 g LIP 31 g	12	SOPA DE AVE FILETE DE PAVO HORNO CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 771 PROT 25 g HC 79 g LIP 37 g
13	CREMA DE CALABAZA POLLO HORNO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 888 PROT 67 HC 84 g LIP 26 g	14	PASTA REHOGADA MERLUZA HORNO CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 737 PROT 34 g HC 102 g LIP 19 g
15	ARROZ REHOGADO TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 908 PROT 31 g HC 99 g LIP 47 g	16	SOPA DE AVE JAMON YORK POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 929 PROT 48 g HC 99 g LIP 33 g
19	PASTA REHOGADA MERLUZA HORNO CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 712 PROT 34 g HC 95 g LIP 19 g	20	CREMA DE ZANAHORIA POLLO HORNO CON CALABAZA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 903 PROT 53 g HC 80 g LIP 35 g
21	ARROZ REHOGADO TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g	22	PASTA REHOGADA PAVO HORNO CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 685 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g
23	SOPA DE AVE POLLO HORNO CON CALABAZA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g	26	ARROZ REHOGADO TORTILLA FRANCESA CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g
27	PASTA REHOGADA MERLUZA HORNO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g	28	CREMA DE ZANAHORIA PAVO HORNO CON CALABAZA FRUTA Y PAN KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g
29	SOPA DE AVE RAGU POLLO HORNO CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g	30	ARROZ REHOGADO MERLUZA HORNO CON CALABAZA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGICOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

SIN LACTEOS

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



5 VACACIONES DE VERANO	6 VACACIONES DE VERANO	7 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA Y PAN KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g	1 VACACIONES DE VERANO	2 VACACIONES DE VERANO
12 PURE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A LA JARDINERA FRUTA Y PAN KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g	13 LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALS A CON ZANAHORIA POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g	14 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g	8 JUDIAS VERDES REHOGADAS MERLUZA EMPANADA DIETAS CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g	9 GARBANZOS GUISADOS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g
19 FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALS A VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g	20 JUDIAS PINTAS GUISADAS LACON A LA GALLEGA CON PATATA POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g	21 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g	15 ARROZ CON VERDURAS CINTA DE LOMO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g	16 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , focino, morcillo v chorizo POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g
26 LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g	27 MACARRONES CON CHORIZO ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g	28 PURE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A CON PATATAS FRUTA Y PAN KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g	22 JUDIAS VERDES REHOGADAS TERNERA EN SALS A CON PIMIENTO MORRON FRUTA Y PAN KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g	23 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g
			29 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO aarbanzos , focino, morcillo v chorizc FRUTA Y PAN KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g	30 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA EMPANADA DIETAS CON CALABAZA POSTRE DE SOJA Y PAN KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

SIN SALMON Y FRESA

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



<p>5</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>6</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>7</p> <p>ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g</p>	<p>1</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>2</p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>
<p>12</p> <p>PURE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A LA JARDINERA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g</p>	<p>13</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALS A CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g</p>	<p>14</p> <p>PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g</p>	<p>8</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g</p>	<p>9</p> <p>GARBANZOS GUIADOS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g</p>
<p>19</p> <p>FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALS A VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g</p>	<p>20</p> <p>JUDIAS PINTAS GUIADAS LACON A LA GALLEGA CON PATATA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g</p>	<p>21</p> <p>ARROZ MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA PATATA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g</p>	<p>15</p> <p>ARROZ CON VERDURAS CINTA DE LOMO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g</p>	<p>16</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO carbanzos , tocino, morcillo v chorizo POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g</p>
<p>26</p> <p>LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES CON CHORIZO ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g</p>	<p>28</p> <p>PURE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A CON PATATAS FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g</p>	<p>22</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CANELONES DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g</p>	<p>23</p> <p>PATATAS GUIADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g</p>
			<p>29</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO carbanzos , tocino, morcillo v chorizo FRUTA Y PAN</p> <p>KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g</p>	<p>30</p> <p>PAELLA DE VERDURAS BOQUERONES REBOZADOS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN</p> <p>KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g</p>

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



ESPIRITU SANTO

SEPTIEMBRE 2022

HIPOCALORICO PROFE

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



1
VACACIONES DE VERANO

2
VACACIONES DE VERANO

5
VACACIONES DE VERANO

6
VACACIONES DE VERANO

7
MENESTRA
RAGU PAVO SALSA
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g

8
SALMOREJO
MERLUZA MENIER
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g

9
BROCOLI REHOGADO
POLLO ASADO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g

12
SOPA DE AVE
FILETE DE PAVO EN SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g

13
CREMA DE CALABAZA
FILETE DE POLLO EN SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g

14
ACELGAS REHOGADAS
MERLUZA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g

15
COLIFLOR AL AJOARRIERO
FILETE DE PAVO
CON BERENJENA
FRUTA Y PAN

KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g

16
**SOPA DE AVE
CON FIDEOS**
COCIDO COMPLETO
arbanzos ,falda, patata,zanahoria
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

19
BROCOLI REHOGADO
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g

20
CREMA DE ZANAHORIA
FILETE DE POLLO PIMIENTA
CON BERENJENA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g

21
PASTA CON VERDURA
RAGU PAVO SALSA
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g

22
PISTO DE VERDURA
TERNERA EN SALSA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g

23
**PATATAS GUISADAS
CON VERDURAS**
POLLO ASADO CON
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g

26
COLIFLOR REHOGADA
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27
JUDIAS VERDES REHOGADAS
FILETE DE PAVO FINAS HIERBAS
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28
ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA DE TERNERA
CON BERENJENA
FRUTA Y PAN

KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29
**SOPA DE AVE
CON FIDEOS**
COCIDO COMPLETO
arbanzos ,falda, patata,zanahoria
FRUTA Y PAN

KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g

30
PISTO DE VERDURA
PALOMETA A LA PIMIENTA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO DESNATADO Y PAN

KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB