

| LUNES  | MARTES   | MIÉRCOLES  | JUEVES   | VIERNES   |
|--|--|--|--|---|
| <b>1</b> 578 Kc 32gr Prot. 33gr HC 34gr Lip<br>Judía verde con jamon<br>Fresh green beans with ham<br>Pavo al horno c/ naranja<br>Turkey with orange sauce<br>Yogur<br>Yogurt              | <b>2</b> 579 Kc 43gr Prot. 33gr HC 33gr Lip<br>Alubia roja c/calabaza ECO<br>Kidney beans with carrots<br>Cazuela de rape<br>Snuff casserole<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit                | <b>3</b> 800 Kc 47gr Prot. 30gr HC 28gr Lip<br>Acelga fresca con patata<br>Fresh swiss chard/potatoes<br>Pollo asado en su jugo<br>Roast chicken<br>Yogur liquido<br>Yogurt drink                    | <b>4</b> 216 Kc 12gr Prot. 8gr HC 23gr Lip<br>Sopa de fideos ECO<br>Organic noodle soup<br>Chuleta de cerdo con pimiento<br>Pork with peppers<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit     | <b>5</b> 583 Kc 17gr Prot. 68gr HC 33gr Lip<br>Paella mixta pollo y calamar<br>Paella<br>Abadejo a la andaluza<br>Fish medallions Andalusian<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit                       |
| <b>8</b> 684 Kc 22gr Prot. 29gr HC 51gr Lip<br>Crema de calabaza ECO<br>Zucchini Puree<br>Salchichas cebolladas<br>Sausages with onion<br>Yogur<br>Yogurt                                  | <b>9</b> 583 Kc 34gr Prot. 27gr HC 41gr Lip<br>Alubia blanca estofada<br>Homestyle white beans<br>Filete de merluza al horno c/g<br>Baked hake with garnish<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit | <b>10</b> 687 Kc 24gr Prot. 30gr HC 61gr Lip<br>Patatas con costilla<br>Stewed potato with ribs<br>Tortilla francesa c/ chistorra<br>Baked chicken with sausage<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit | <b>11</b> 822 Kc 27gr Prot. 45gr HC 59gr Lip<br>Borrajá fresca con patata<br>Fresh borage with potatoes<br>San Jacobo casero<br>Cordon bleu<br>Natillas de vainilla<br>Vanilla pudding |   |
| <b>15</b> 581 Kc 31gr Prot. 30gr HC 36gr Lip<br>Cardo a la navarra<br>Navarran style thistle<br>Bistec de pollo al ajillo<br>Garlic chicken<br>Yogur<br>Yogurt                             | <b>16</b> 784 Kc 46gr Prot. 37gr HC 49gr Lip<br>Sopa maravilla ECO<br>Chicken soup<br>Filete de ternera en salsa<br>Fillet of beef<br>Bizcocho casero<br>Homemade pound cake                     | <b>17</b> 519 Kc 30gr Prot. 37gr HC 33gr Lip<br>Lentejas ECO c/arroz integral<br>Organic lentils with brownrice<br>Solla al horno c/guarnicion<br>Baked solla<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit   | <b>18</b> 616 Kc 35gr Prot. 34gr HC 36gr Lip<br>Crema de Quinoa y vegetales<br>Quinoa and vegetable cream<br>F. ruso casero c/temera<br>Beef patty with mushrooms<br>Yogur<br>Yogurt   | <b>19</b> 548 Kc 7gr Prot. 64gr HC 38gr Lip<br>Arroz con tomate casero<br>White rice with tomatoe sauce<br>Filete de abadejo homo c/g.<br>Baked cod with garnish<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit   |
| <b>22</b> 676 Kc 28gr Prot. 28gr HC 46gr Lip<br>Crema calabacin ECO c/ques<br>Cream of zucchini with cheese<br>Lomo con tomate casero<br>Pork with tomato<br>Yogur liquido<br>Yogurt drink | <b>23</b> 436 Kc 21gr Prot. 28gr HC 34gr Lip<br>Patatas a la riojana<br>Riojan Style potatoe stew<br>Perca en salsa<br>Perch in sauce<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit                       | <b>24</b> 568 Kc 47gr Prot. 24gr HC 30gr Lip<br>Judía verde redonda saiteada<br>Frech beans sauteed<br>Pollo al horno con manzana<br>Roast chicken with apples<br>Yogur<br>Yogurt                    | <b>25</b> 852 Kc 30gr Prot. 26gr HC 53gr Lip<br>Menestra de verduras<br>Vegetable medley<br>Albondigas en salsa<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit                                   | <b>26</b> 820 Kc 44gr Prot. 60gr HC 33gr Lip<br>Lacitos vegetales bolognesa<br>Pasta Bolognesa<br>Tilapia rebozada c/ guarnición<br>Breaded tilapia with vegetable<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit |
| <b>29</b> 619 Kc 24gr Prot. 44gr HC 44gr Lip<br>Guisantes con refrito<br>Peas with refried<br>Tortilla pat. c/salsada<br>Potato omelette with salad<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit   | <b>30</b> 591 Kc 26gr Prot. 44gr HC 32gr Lip<br>Potaje garbanzoc/zanah.ECO<br>Organic garbanzo beans<br>Merluza homo c/verduras<br>Baked hake<br>Yogur<br>Yogurt                                 | <b>31</b> 503 Kc 48gr Prot. 10gr HC 38gr Lip<br>Sopa de quinoa ECO<br>Quinoa Soup<br>Guiso ternera c/zanahoria<br>Beef stew<br>Fruta de temporada<br>Fresh Fruit                                     |  |   |

Segun el Reglamento 1169/2011 sobre información alimentaria: salvo dietas específicas elaboradas para intolerancias, el resto de platos contienen sustancias o productos alergenos incluidos en el anexo II del Reglamento.

Orienta tus cenas consultando nuestro blog.

Gourmetfood incorpora comidas internacionales a sus menus, en el mes de marzo pudimos degustar el "British Menú".

Con esta iniciativa se pretende familiarizar a los comensales con los Sabores del mundo. La gastronomía también es cultura.

