

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2 281 Kc 10gr Prot 35gr HC 10gr Lip

Patatas a la riojana
Lomo de cerdo c/pimientos
Yogur
Pure verdura con fletan

3 502 Kc 33gr Prot 31gr HC 33gr Lip

Potaje garbanzo/zanahECO
Filete merluza homo c/g
Fruta de temporada
Pure verdura con legumbre

4 616 Kc 46gr Prot 28gr HC 36gr Lip

Cardo a la navarra
Pollo asado en su jugo
Yogur
Pure verdura con pollo

8 550 Kc 16gr Prot 15gr HC 52gr Lip

Crema de calabaza ECO
Tortilla de atun
Fruta de temporada
Pure verduras con halibut

9 771 Kc 24gr Prot 48gr HC 52gr Lip

Borraja fresca con patata
Lomo con piperrada
Fruta en su jugo
Pure verdura con temera

10 768 Kc 58gr Prot 44gr HC 35gr Lip

Alubias rojas con bacon
Filete de temera en salsa
Yogur
Pure verdura con legumbre

11 587 Kc 22gr Prot 70gr HC 31gr Lip

Arroz Tres Delicias
Abadejo a la andaluza
Fruta de temporada
Pure verduras con gallo

14 855 Kc 32gr Prot 50gr HC 57gr Lip

Guisantes con refrito
Salchichas encebolladas
Natillas de vainilla
Pure verdura con pollo

15 689 Kc 25gr Prot 28gr HC 54gr Lip

Alubia blanca estofada
Perca c/patatas y calabacin
Fruta de temporada
Pure verdura con legumbre

16 831 Kc 26gr Prot 20gr HC 56gr Lip

Judía verde con patata
Estofado de pavo c/patatas
Fruta de temporada
Pure verdura con fletan

17 603 Kc 41gr Prot 22gr HC 38gr Lip

Sopa maravilla ECO
F. ruso casero c/temera
Yogur
Pure verdura con pollo

18 759 Kc 34gr Prot 70gr HC 45gr Lip

Macarrones c/tomate ECO
Cazuela de rape
Fruta de temporada
Pure verduras con gallo

21 632 Kc 29gr Prot 66gr HC 25gr Lip

Lentejas ECO c/arroz integral
Tortilla pat. c/ensalada
Yogur
Pure verdura con legumbre

22 674 Kc 83gr Prot 29gr HC 32gr Lip

Patatas guisadas
Bacalao con tomate casero
Fruta de temporada
Pure verdura con ternera

23 597 Kc 44gr Prot 18gr HC 40gr Lip

Acelga fresca con patata
Pollo asado c/lechuga
Fruta de temporada
Pure verduras con halibut

24 765 Kc 30gr Prot 56gr HC 45gr Lip

Crema Quinoa y vegetales
Albondigas en salsa
Bizcocho casero
Pure verdura con pollo

25 813 Kc 38gr Prot 73gr HC 48gr Lip

Arroz con tomate casero
Merluza rebozada c/guamici
Fruta de temporada
Pure verdura con limanda

28 529 Kc 28gr Prot 15gr HC 46gr Lip

Judía v. redonda salteada
Bistec de pollo al ajillo
Fruta de temporada
Pure verdura con pollo

29 512 Kc 35gr Prot 44gr HC 19gr Lip

Potaje garbanzo/zanahECO
Merluza c/crema de piquillos
Yogur liquido
Pure verdura con legumbre

30 538 Kc 47gr Prot 14gr HC 40gr Lip

Sopa de fideos ECO
Guiso temera c/zanahoria
Fruta de temporada
Pure verdura con fletan

31 881 Kc 30gr Prot 44gr HC 73gr Lip

Canelones de atun
San Jacobo casero
Fruta de temporada
Pure verdura con pavo

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 esta desarrollando un plan IGE, a traves del gobierno de Navarra, para implementar la igualdad de genero en nuestra empresa. Este curso vamos a impartir formacion al monitoraje y alumnado de Gourmetfood, sobre materia de igualdad.

