

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

932 Kcal 35.2g Prot 5.7g Lip 23.1g Hc	<b>4</b>	709 Kcal 46.3g Prot 26.3g Lip 62.4g Hc	<b>5</b>	1387 Kcal 74.3g Prot 92.3g Lip 101.1g Hc	<b>7</b>	641 Kcal 44.5g Prot 25.1g Lip 39.5g Hc	<b>8</b>
Brocoli con ajetes		Judía verde con patata		Sopa de cocido ECO		Arroz Campero	
Salchichas frescas horno con g. Yogur		Cazuela de rape		Cocido Madrileño		Limanda horno c/ verduras asadas	
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Yogur	

584 Kcal 45.9g Prot 5.7g Lip 69.8g Hc	<b>11</b>	1087 Kcal 88.2g Prot 73.5g Lip 22.7g Hc	<b>12</b>	796 Kcal 88g Prot 24.4g Lip 79.9g Hc	<b>13</b>	690 Kcal 17.1g Prot 25.3g Lip 96.6g Hc	<b>14</b>	903 Kcal 37.2g Prot 49.2g Lip 69.6g Hc	<b>15</b>
Alubia roja con calabaza ECO		Crema calabacin ECO con queso		Guisantes ECO salteados		Macarrones con Atún ECO		Borrija fresca con patata	
Filete de merluza con panache de Verduras		Pollo al horno con manzana		Lomo empanado con pimientos		Tortilla de patata con cebolla		Albóndigas caseras	
Fruita de temporada		Yogur		Fruita de temporada		Yogur liquido		Fruita de temporada	

640 Kcal 48.2g Prot 31.3g Lip 38.2g Hc	<b>18</b>	991 Kcal 136g Prot 13.1g Lip 67.2g Hc	<b>19</b>	966 Kcal 49.4g Prot 36.8g Lip 74.9g Hc	<b>20</b>	971 Kcal 22.3g Prot 43g Lip 11.6g Hc	<b>21</b>	783 Kcal 33.3g Prot 34.8g Lip 123.2g Hc	<b>22</b>
Patatas a la riojana		Alubia estilo pucha con borraja		Judía v. redonda salteada		Cardo a la navarra		Crema de calabaza ECO	
Pavo al horno con naranja		Bacalao al horno con calabacin y calabaza		Escalope pollo con sesamo ECO		Empanadilla de Atún		Paelia mixta	
Yogur		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Bizcocho casero		Fruita de temporada	

767 Kcal 62.7g Prot 43g Lip 27.9g Hc	<b>25</b>	692 Kcal 28g Prot 18.4g Lip 96.2g Hc	<b>26</b>	325 Kcal 41.4g Prot 50.8g Lip 45.4g Hc	<b>27</b>	702 Kcal 13.2g Prot 28.9g Lip 87.8g Hc	<b>28</b>	711 Kcal 32.5g Prot 9.9g Lip 90.9g Hc	<b>29</b>
Menestra de Verduras		Macarrones boloñesa ECO		Acelga fresca con patata		Sopa pollo con verduras ECO		Lentejas con arroz Integral	
Pollo asado en su jugo		Tortilla de queso		F. ruso casero con ternera		San Jacobo casero		Lomo de halibut empanado	
Yogur		Fruita de temporada		Yogur		Fruita de temporada		Fruita de temporada	

**NOTA****INFORMATIVA:**

En este comienzo de curso escolar, hemos adaptado los espacios de nuestros comedores y hemos seguido estrictamente los Protocolos y requerimientos sanitarios necesarios para una vuelta al cole garantizando la máxima seguridad.

Gourmetfood ha trabajado con todo su equipo de montaje, encargados y gestores para planificar la atípica vuelta de los comedores escolares y de las empresas.

Además, el equipo de cocina, reparto y departamento Dietético, cumple con todos los protocolos de seguridad especial COVID-19. Todas estas premisas las llevamos a cabo sin perder uno de nuestros principales objetivos que se basa en Atender, Alimentar y Educar a nuestros comensales.