

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
648 Kcal 42,7g Prot 25g Lip 57,9g Hc 1 Berza con patatas Pechuga de pavo sajonia con g. Fruta de temporada	563 Kcal 51,5g Prot 19,9g Lip 33,5g Hc 2 Alubia estilo pocha con borraja Limanda homo c/ verduras asadas Yogur	1017 Kcal 40,4g Prot 59,2g Lip 69g Hc 3 Judia verde con patata F. ruso casero con ternera Fruta de temporada	954 Kcal 22,9g Prot 39,2g Lip 122,1g Hc 4 Arroz Campero Empanadilla de Atún Yogur	768 Kcal 47,3g Prot 21,1g Lip 85,6g Hc 5 Sopa de cocido ECO Cocido Madrileño Fruta de temporada
672 Kcal 49,7g Prot 13,7g Lip 69,8g Hc 8 Alubia roja con calabaza ECO Filete de merluza con panache de verduras Fruta de temporada	721 Kcal 58,5g Prot 41,9g Lip 25g Hc 9 Crema de calabaza ECO Pollo al horno con manzana Yogur	975 Kcal 40,1g Prot 55,7g Lip 71,2g Hc 10 Cardo a la navarra Lomo con tomate casero Fruta de temporada	715 Kcal 30,9g Prot 31,1g Lip 74g Hc 11 Macarrones con chistorra ECO Tortilla de queso Yogur liquido	531 Kcal 25,3g Prot 22,4g Lip 51,8g Hc 12 Borraja fresca con patata Abadejo a la andaluza Fruta de temporada
531 Kcal 51,2g Prot 20,7g Lip 32,6g Hc 15 Patatas a la riojana Pavo al horno con naranja Yogur	871 Kcal 68,1g Prot 21,3g Lip 88,3g Hc 16 Potaje garbanzo con zanahoria ECO Halibut con calabacin braseado Fruta de temporada	961 Kcal 40,2g Prot 50,4g Lip 76,9g Hc 17 Acelga fresca con patata # Albóndigas caseras Fruta de temporada	1391 Kcal 28,3g Prot 63,6g Lip 169,9g Hc 18 Arroz Tres Delicias Escalope merluza c/york/queso Bizcocho casero	
1056 Kcal 72,9g Prot 44,2g Lip 83,6g Hc 22 Menestra de verduras Pollo asado en su jugo Yogur	1015 Kcal 126,7g Prot 9,4g Lip 98,5g Hc 23 Lacitos vegetales con bacon Bacalao al horno con calabacin y calabaza Fruta de temporada	617 Kcal 18,5g Prot 33,3g Lip 57,9g Hc 24 Crema brocoli ECO Tortilla de patata con cebolla Yogur	919 Kcal 15g Prot 43,2g Lip 104,9g Hc 25 Judia v. redonda salteada San Jacobo casero Fruta de temporada	816 Kcal 51,8g Prot 22,3g Lip 87,7g Hc 26 Lentejas con verduras Tilapia rebozada c/ sésamo y guamición Fruta de temporada
931 Kcal 38,6g Prot 56,1g Lip 59g Hc 29 Guisantes ECO salteados Salchichas frescas homo con g. Fruta de temporada	397 Kcal 42,5g Prot 18,2g Lip 14,9g Hc 30 Sopa de quinoa ECO Filete de ternera en salsa Yogur	543 Kcal 38,6g Prot 12,1g Lip 62,7g Hc 31 Patatas con verduras Merluza con crema de piquillos Fruta 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 monitoraje, 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.