

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
		970 Kcal 37,5g Prot 53,9g Lip 73g Hc 1	642 Kcal 45,4g Prot 16,8g Lip 75,8g Hc 2	915 Kcal 38,6g Prot 54,4g Lip 55,7g Hc 3
		Cardo a la navarra Albóndigas caseras Fruta de temporada	Paella mixta Halibut con calabacín braseado Yogur	Menestra de verduras Lomo adobado con patatas Fruta de temporada
936 Kcal 71,3g Prot 52,3g Lip 42,2g Hc 6	725 Kcal 43,1g Prot 33,3g Lip 57,4g Hc 7	654 Kcal 50,3g Prot 15,6g Lip 69,4g Hc 8	863 Kcal 54,7g Prot 35,8g Lip 78,7g Hc 9	375 Kcal 49,4g Prot 25,5g Lip 103,1g Hc 10
Patatas con costilla Pollo asado en su jugo Yogur	Judía v. redonda salteada Lomo a la cazadora Fruta de temporada	Potaje garbanzo con zanahoria ECO Cazuela de Rape en Salsa Verde Yogur	Sopa de fideos ECO Filete de ternera en salsa Bizcocho casero	Macarrones boloñesa ECO Filete de merluza al Orío Fruta de temporada
918 Kcal 34,4g Prot 53,9g Lip 67,3g Hc 13	905 Kcal 31,7g Prot 40,6g Lip 97,6g Hc 14	332 Kcal 48,2g Prot 49,9g Lip 43,7g Hc 15	864 Kcal 60,1g Prot 25,8g Lip 82,1g Hc 16	981 Kcal 40,1g Prot 57,2g Lip 68,4g Hc 17
Coliflor salteada Croquetas artesanas de bacalao Yogur	Arroz Campero Tortilla de queso Fruta de temporada	Crema zanahoria ECO Bistec de pollo al ajillo Yogur	Alubia blanca estofada Limanda horno con guarnición Fruta de temporada	Borraja fresca con patata F. ruso casero con ternera Fruta de temporada
767 Kcal 42,2g Prot 35,3g Lip 63,1g Hc 20	687 Kcal 63,5g Prot 39g Lip 19,8g Hc 21	771 Kcal 34,9g Prot 19,8g Lip 104,9g 22	717 Kcal 56,8g Prot 33,6g Lip 43,4g Hc 23	738 Kcal 55,4g Prot 12,7g Lip 87,3g Hc 24
Judía verde con patata Lomo con tomate casero Fruta de temporada	Sopa pollo con verduras ECO Pollo al horno con manzana Yogur	Macarrones con chistorra ECO Abadejo a la andaluza Fruta de temporada	Acelga fresca con patata Estofado de pavo con patatas Yogur	Lentejas con arroz integral Merluza en salsa verde Fruta de temporada
942 Kcal 31,7g Prot 63,4g Lip 54,5g Hc 27	382 Kcal 32,3g Prot 10,1g Lip 37,8g Hc 28	850 Kcal 30,2g Prot 26,7g Lip 106,1g 29	953 Kcal 19,4g Prot 33,6g Lip 137,8g Hc 30	
Crema de calabacín ECO Salchichas frescas horno con g. Fruta de temporada	Patatas con verduras Bacalao con salsa de piquillos Yogur liquido	Alubia roja con calabaza ECO Tortilla de patata con cebolla Fruta de temporada	Arroz con tomate casero San Jacobo casero Yogur	

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.