

Basal

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 805 P. 26 Lip. 30 H.C. 108 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Nuggets de pollo con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 908 P. 42 Lip. 38 H.C. 99 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de ave con fideos - Lomo adobado de cerdo rebozado con chips - Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 864 P. 38 Lip. 35 H.C. 97 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 730 P. 40 Lip. 17 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera ● Fruta Pan 	12 Kcal 722 P. 49 Lip. 19 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur sabores Pan 	13 Kcal 717 P. 19 Lip. 26 H.C. 101 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de letras - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 1008 P. 35 Lip. 37 H.C. 130 <ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 946 P. 34 Lip. 24 H.C. 141 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - San jacobo con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 768 P. 32 Lip. 31 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Escalope de cerdo con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 795 P. 28 Lip. 34 H.C. 91 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 685 P. 17 Lip. 28 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 818 P. 44 Lip. 25 H.C. 101 <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Merluza en salsa meniere ● Fruta Pan 	22 Kcal 938 P. 28 Lip. 19 H.C. 163 <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Fajitas Gastroki - Postre dulce Pan
25	26 Kcal 761 P. 40 Lip. 24 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Lomo fresco de cerdo rebozado con lechuga - Yogur sabores Pan 	27 Kcal 888 P. 39 Lip. 30 H.C. 109 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave ● Fruta Pan 	28 Kcal 819 P. 33 Lip. 35 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con patatas - Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 870 P. 21 Lip. 38 H.C. 110 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellas con pollo y huevo - Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen Celíaco

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 702 Lip. 29 P. 12 H.C. 98 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 739 Lip. 40 P. 42 H.C. 51 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 758 Lip. 35 P. 31 H.C. 77 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la riojana - Filete de merluza al horno en salsa suave - Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 574 Lip. 28 P. 21 H.C. 55 <ul style="list-style-type: none"> - Acelgas rehogadas - Filete de abadejo al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	12 Kcal 769 Lip. 31 P. 45 H.C. 75 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con verduras - Yogur sabores Pan 	13 Kcal 705 Lip. 35 P. 11 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 964 Lip. 36 P. 46 H.C. 111 <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones salteados - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 682 Lip. 22 P. 33 H.C. 80 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 736 Lip. 36 P. 26 H.C. 75 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 794 Lip. 38 P. 32 H.C. 79 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 686 Lip. 35 P. 12 H.C. 76 <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 747 Lip. 27 P. 37 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Filete de merluza al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	22 Kcal 1128 Lip. 33 P. 40 H.C. 164 <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con puré de patata - Natillas Pan
25	26 Kcal 623 Lip. 26 P. 16 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de jamón cocido con lechuga - Yogur sabores Pan 	27 Kcal 677 Lip. 22 P. 33 H.C. 78 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas ● Bacalao al horno ● Fruta Pan 	28 Kcal 827 Lip. 42 P. 29 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con patatas naturales - Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 680 Lip. 32 P. 30 H.C. 65 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; Harina de arroz/maíz; No utilización de caldos ni condimentos.

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen No Cerdo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 701 Lip. 22 P. 16 H.C. 109 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 738 Lip. 33 P. 46 H.C. 62 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 781 Lip. 27 P. 34 H.C. 97 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Merluza en salsa americana - Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 730 Lip. 17 P. 40 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera ● Fruta Pan 	12 Kcal 722 Lip. 19 P. 49 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur sabores Pan 	13 Kcal 705 Lip. 28 P. 15 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 952 Lip. 30 P. 55 H.C. 114 <ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 681 Lip. 16 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 726 Lip. 23 P. 15 H.C. 112 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Huevos villaroy con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 793 Lip. 31 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 660 Lip. 26 P. 17 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 818 Lip. 25 P. 44 H.C. 101 <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Merluza en salsa meniere ● Fruta Pan 	22 Kcal 1014 Lip. 29 P. 20 H.C. 170 <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Varitas de verdura con pimientos verdes - Postre dulce Pan
25	26 Kcal 711 Lip. 28 P. 22 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de queso con lechuga - Yogur sabores Pan 	27 Kcal 676 Lip. 16 P. 38 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas ● Bacalao al horno ● Fruta Pan 	28 Kcal 819 Lip. 35 P. 33 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con patatas - Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 858 Lip. 40 P. 17 H.C. 105 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen No Habas

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 805 Lip. 30 P. 26 H.C. 108 ● Crema de calabaza y zanahoria - Nuggets de pollo con ensalada liz ● Fruta Pan	05 Kcal 908 Lip. 38 P. 42 H.C. 99 - Sopa de ave con fideos - Lomo adobado de cerdo rebozado con chips - Yogur natural azucarado Pan	06	07 Kcal 864 Lip. 35 P. 38 H.C. 97 ● Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - Yogur sabores Pan	08
11 Kcal 730 Lip. 17 P. 40 H.C. 89 - Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera ● Fruta Pan	12 Kcal 722 Lip. 19 P. 49 H.C. 85 ● Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur sabores Pan	13 Kcal 717 Lip. 26 P. 19 H.C. 101 - Sopa de letras - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan	14 Kcal 1008 Lip. 37 P. 35 H.C. 130 - Tallarines salteados al estilo oriental - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Yogur natural azucarado Pan	15 Kcal 946 Lip. 24 P. 34 H.C. 141 - Alubias rojas - San jacob con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 768 Lip. 31 P. 32 H.C. 89 ● Puré de verdura - Escalope de cerdo con ensalada liz ● Fruta Pan	19 Kcal 795 Lip. 34 P. 28 H.C. 91 ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado Pan	20 Kcal 685 Lip. 28 P. 17 H.C. 86 - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan	21 Kcal 818 Lip. 25 P. 44 H.C. 101 - Garbanzos - Merluza en salsa meniere ● Fruta Pan	22 Kcal 1127 Lip. 27 P. 44 H.C. 174 - Arroz con tomate - Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con puré de patata - Natillas Pan
25	26 Kcal 761 Lip. 24 P. 40 H.C. 96 ● Crema de calabaza y zanahoria - Lomo fresco de cerdo rebozado con lechuga - Yogur sabores Pan	27 Kcal 888 Lip. 30 P. 39 H.C. 109 - Alubias blancas - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave ● Fruta Pan	28 Kcal 819 Lip. 35 P. 33 H.C. 90 ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con patatas - Yogur natural azucarado Pan	29 Kcal 870 Lip. 38 P. 21 H.C. 110 - Sopa de estrellas con pollo y huevo - Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen No Huevo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 609 Lip. 17 P. 25 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 738 Lip. 33 P. 46 H.C. 62 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa jardinera – Zancarrón de ternera con pimientos – Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 757 Lip. 29 P. 35 H.C. 88 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la riojana – Filete de merluza al horno en salsa suave – Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 669 Lip. 16 P. 37 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> – Lentejas con arroz integral – Filete de abadejo al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	12 Kcal 768 Lip. 24 P. 50 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín – Muslo de pollo asado con verduras – Yogur sabores Pan 	13 Kcal 674 Lip. 27 P. 33 H.C. 75 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa minestrone – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 963 Lip. 30 P. 51 H.C. 121 <ul style="list-style-type: none"> – Macarrones salteados – Guisado de ternera en salsa de verduras – Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 681 Lip. 16 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> – Alubias rojas ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 735 Lip. 30 P. 30 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura – Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 793 Lip. 31 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera – Hamburguesa de ternera 100% en salsa – Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 743 Lip. 39 P. 30 H.C. 66 <ul style="list-style-type: none"> – Espinacas rehogadas – Alitas de pollo con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 746 Lip. 20 P. 41 H.C. 95 <ul style="list-style-type: none"> – Garbanzos – Filete de merluza al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	22 Kcal 1127 Lip. 27 P. 44 H.C. 174 <ul style="list-style-type: none"> – Arroz con tomate – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con puré de patata – Natillas Pan
25	26 Kcal 729 Lip. 23 P. 39 H.C. 91 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con lechuga – Yogur sabores Pan 	27 Kcal 676 Lip. 16 P. 38 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> – Alubias blancas ● Bacalao al horno ● Fruta Pan 	28 Kcal 830 Lip. 35 P. 33 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda – Alitas de pollo con patatas naturales – Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 679 Lip. 26 P. 35 H.C. 76 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa minestrone – Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; No utilización de caldos ni condimentos.

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen No Kiwi

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 805 Lip. 30 P. 26 H.C. 108 ● Crema de calabaza y zanahoria - Nuggets de pollo con ensalada liz ● Fruta Pan	05 Kcal 908 Lip. 38 P. 42 H.C. 99 - Sopa de ave con fideos - Lomo adobado de cerdo rebozado con chips - Yogur natural azucarado Pan	06	07 Kcal 834 Lip. 36 P. 38 H.C. 86 ● Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - Yogur natural Pan	08
11 Kcal 730 Lip. 17 P. 40 H.C. 89 - Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera ● Fruta Pan	12 Kcal 692 Lip. 20 P. 50 H.C. 74 ● Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur natural Pan	13 Kcal 717 Lip. 26 P. 19 H.C. 101 - Sopa de letras - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan	14 Kcal 1008 Lip. 37 P. 35 H.C. 130 - Tallarines salteados al estilo oriental - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Yogur natural azucarado Pan	15 Kcal 946 Lip. 24 P. 34 H.C. 141 - Alubias rojas - San jacobo con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 768 Lip. 31 P. 32 H.C. 89 ● Puré de verdura - Escalope de cerdo con ensalada liz ● Fruta Pan	19 Kcal 795 Lip. 34 P. 28 H.C. 91 ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado Pan	20 Kcal 685 Lip. 28 P. 17 H.C. 86 - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan	21 Kcal 818 Lip. 25 P. 44 H.C. 101 - Garbanzos - Merluza en salsa meniere ● Fruta Pan	22 Kcal 938 Lip. 19 P. 28 H.C. 163 - Arroz con tomate - Fajitas Gastroki - Postre dulce Pan
25	26 Kcal 731 Lip. 25 P. 41 H.C. 85 ● Crema de calabaza y zanahoria - Lomo fresco de cerdo rebozado con lechuga - Yogur natural Pan	27 Kcal 888 Lip. 30 P. 39 H.C. 109 - Alubias blancas - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave ● Fruta Pan	28 Kcal 819 Lip. 35 P. 33 H.C. 90 ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con patatas - Yogur natural azucarado Pan	29 Kcal 870 Lip. 38 P. 21 H.C. 110 - Sopa de estrellas con pollo y huevo - Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.



Régimen Ovolactovegetariano

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 701 Lip. 22 P. 16 H.C. 109 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 767 Lip. 35 P. 16 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Varitas de verdura con pimientos rojos - Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 776 Lip. 25 P. 19 H.C. 115 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Huevos villaroy - Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 595 Lip. 14 P. 22 H.C. 87 <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz integral - Acelgas rehogadas ● Fruta Pan 	12 Kcal 710 Lip. 26 P. 30 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín - Huevos con tomate - Yogur sabores Pan 	13 Kcal 705 Lip. 28 P. 15 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 915 Lip. 28 P. 27 H.C. 133 <ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Hamburguesa de falafel con tomate - Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 652 Lip. 14 P. 25 H.C. 99 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas ● Ensalada con arroz ● Fruta Pan
18 Kcal 726 Lip. 23 P. 15 H.C. 112 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Huevos villaroy con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 746 Lip. 19 P. 20 H.C. 120 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Canelones vegetales - Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 660 Lip. 26 P. 17 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 705 Lip. 18 P. 26 H.C. 103 <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos ● Ensalada con pasta ● Fruta Pan 	22 Kcal 1014 Lip. 29 P. 20 H.C. 170 <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Varitas de verdura con pimientos verdes - Postre dulce Pan
25	26 Kcal 711 Lip. 28 P. 22 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de queso con lechuga - Yogur sabores Pan 	27 Kcal 819 Lip. 12 P. 33 H.C. 139 <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Espirales salteados ● Fruta Pan 	28 Kcal 798 Lip. 30 P. 18 H.C. 110 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Hamburguesa vegetal con pimientos verdes - Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 669 Lip. 27 P. 25 H.C. 84 <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Huevos con bechamel ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.

