



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
<p>La fruta variará cada día según temporada. Fruits are seasonal and will be different every day.</p> <p>Con el menú se ofrece pan y agua todos los días. Bread and water are served with the menu.</p>				
5	6	7	8	9
<b>PAELLA DE PESCADO Y MARISCO (2, 4, 12, 14)</b> Seafood paella (2, 4, 12, 14)	<b>PURE DE ZANAHORIA</b> Carrot puree	<b>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON CHORIZO (6)</b> White beans stew with chorizo (6)	<b>ESPIRALES GRATINADAS CON TOMATE (1, 3, 7)</b> Grilled pasta with tomato sauce (1, 3, 7)	
<b>FILETE DE SAJONIA AL HORNO (6)</b> Baked kassher (6)	<b>CAZON EN ADOBO (1, 4)</b> Breaded dogfish (1, 4)	<b>HAMBURGUESA AL HORNO (cerdo y ternera) (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)</b> Baked hamburger (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)	<b>TORTILLA DE JAMON YORK (3, 6)</b> Ham omelette (3, 6)	
<b>ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA (Tr.:12)</b> Lettuce, carrot and beet salad (Tr.:12)	<b>PATATAS FRITAS</b> Fried potatoes	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ</b> Lettuce, tomato and sweet corn salad	<b>ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, beet and carrot salad (Tr.:12)	
<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	
KCal:770 Gr.:26 HC:89 Pro: 30	KCal:642 Gr.:29 HC:63 Pro: 27	KCal:709 Gr.:23 HC:65 Pro: 42	KCal:683 Gr.:23 HC:85 Pro: 29	
12	13	14	15	16
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> Rice with tomato sauce	<b>JUDIAS VERDES REHOGADAS</b> Sautéed green beans	<b>GARBANZOS ESTOFADOS CON CHORIZO (6)</b> Chickpea stew with chorizo (6)	<b>PURE DE CALABAZA</b> Pumpkin puree	<b>PATATAS GUIADAS CON PUERROS Y ZANAHORIAS</b> Potato stew with leeks and carrots
<b>MERLUZA A LA ROMANA (1, 3, 4)</b> Breaded hake (1, 3, 4)	<b>ALBONDIGAS EN SALSA (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)</b> Meatballs with leek and onion sauce (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)	<b>SALCHICHAS DE PAVO AL HORNO (6)</b> Baked turkey sausage (6)	<b>FILETE DE POLLO EMPANADO (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)</b> Breaded chicken fillet (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)	<b>HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y MAYONESA (3, 4)</b> Boiled eggs with tuna and mayonnaise (3, 4)
<b>ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	<b>PATATAS FRITAS</b> Fried potatoes	<b>ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ</b> Lettuce, olives and sweet corn salad	<b>PATATAS FRITAS</b> Fried potatoes	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)
<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>YOGUR (7)</b> Yoghurt (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)
KCal:674 Gr.:20 HC:95 Pro: 25	KCal:579 Gr.:29 HC:39 Pro: 28	KCal:748 Gr.:32 HC:73 Pro: 35	KCal:633 Gr.:33 HC:55 Pro: 26	KCal:729 Gr.:39 HC:64 Pro: 27
19	20	21	22	23
<b>LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS, CEBOLLA Y ZANAHORIAS</b> Lentils stew with potatoes and carrots	<b>ESPINACAS REHOGADAS CON SALSA DE TOMATE</b> Sautéed spinach with tomato sauce	<b>ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada, verduras y salsa de tomate) (1)(Tr.:3)</b> Spaghetti with bolognese sauce (1)(Tr.:3)	<b>SOPA DE AVE CON FIDEOS (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)</b> NOODLE CHICKEN SOUP (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)	<b>PURE DE VERDURAS</b> Vegetables puree
<b>VARITAS DE MERLUZA (palitos de merluza empanados) (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14)</b> Fish fingers (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14)	<b>TORTILLA DE PATATA (3)</b> Spanish omelette (3)	<b>COLITAS DE BACALAO AL AJOARRIERO (con ajo y pimentón) (4)</b> Baked cod with garlic and paprika (4)	<b>POLLO ASADO</b> Roasted chicken	<b>LOMO DE CERDO ASADO EN SALSA</b> Roast pork loin
<b>ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA</b> Lettuce, tomato and beet salad	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ</b> Lettuce, tomato and sweet corn salad	<b>ARROZ BLANCO</b> White rice	<b>PATATAS FRITAS</b> Fried potatoes
<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>GELATINA DE SABORES</b> Jelly	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)
KCal:734 Gr.:24 HC:85 Pro: 35	KCal:531 Gr.:24 HC:51 Pro: 20	KCal:611 Gr.:14 HC:83 Pro: 31	KCal:675 Gr.:30 HC:64 Pro: 34	KCal:724 Gr.:24 HC:58 Pro: 25
26	27	28	29	30
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> Rice with tomato sauce	<b>SOPA DE LETRAS (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)</b> Chicken soup with pasta (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)	<b>JUDIAS PINTAS ESTOFADAS CON JAMON SERRANO</b> Kidney bean stew with ham	<b>BROCOLI REHOGADO</b> Sautéed broccoli	<b>MACARRONES CON TOMATE (1)(Tr.:3)</b> Macaroni with tomato sauce (1)(Tr.:3)
<b>CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADA AL HORNO (6)</b> Baked pork loin (6)	<b>VENTRESCA DE MERLUZA REBOZADA (1, 3, 4)</b> Breaded hake (1, 3, 4)	<b>ROTTI DE PAVO (pavo asado en su jugo) (1, 6)</b> Roast turkey (1, 6)	<b>JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRON (guisados con pimientos, tomate y cebolla)</b> Chicken drumsticks stew with vegetables	<b>COLITAS DE BACALAO AL HORNO (4)</b> Baked cod (4)
<b>ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, cucumber and carrots salad (Tr.:12)	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ</b> Lettuce, tomato and sweet corn salad	<b>VERDURITAS REHOGADAS</b> Vegetables	<b>PATATAS FRITAS</b> Fried potatoes	<b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12)</b> Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)
<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>FRUTA Y LECHE (7)</b> Fruit (7)	<b>BIZCOCHO CASERO (1, 3, 7, 8)</b> Sponge cake (1, 3, 7, 8)
KCal:675 Gr.:26 HC:88 Pro: 27	KCal:579 Gr.:24 HC:58 Pro: 28	KCal:693 Gr.:25 HC:62 Pro: 45	KCal:610 Gr.:29 HC:52 Pro: 30	KCal:633 Gr.:23 HC:77 Pro: 28

Contenido de alérgenos en el producto final según el Reglamento N°1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor:

**1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5-Cacahuets 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramucos 14-Moluscos Tr- Trazas**

**Recomendaciones para la cena/ suggestions for dinner:**

**Semana/week 5-9 noviembre/november 18**

Lunes/ Monday: verdura y ternera / vegetables and beef.  
Martes/ Tuesday: arroz y huevo / rice and egg.  
Miércoles/ Wednesday: verdura y pollo/ vegetables and chicken.  
Jueves/ Thursday: verdura y pavo / vegetables and turkey.  
Viernes/ Friday: ensalada y pescado / salad and fish.

**Semana/week 12-16 noviembre/november 18**

Lunes/ Monday: verdura y pollo / vegetables and chicken.  
Martes/ Tuesday: arroz y cerdo / rice and pork.  
Miércoles/ Wednesday: verdura y huevo / vegetables and egg.  
Jueves/ Thursday: pasta y pescado / pasta and fish.  
Viernes/ Friday: ensalada y ternera / salad and beef.

**Semana/week 19-23 noviembre/november 18**

Lunes/ Monday: verdura y cerdo / vegetables and pork.  
Martes/ Tuesday: arroz y pollo / rice and chicken.  
Miércoles/ Wednesday: verdura y conejo / vegetables and rabbit.  
Jueves/ Thursday: verdura y pavo / vegetables and turkey.  
Viernes/ Friday: pasta y pescado / pasta and fish.

**Semana/week 26- 30 noviembre/november 18**

Lunes/ Monday: verdura y pollo / vegetables and chicken.  
Martes/ Tuesday: ensalada y ternera / salad and beef.  
Miércoles/ Wednesday: verdura y pescado / vegetables and fish.  
Jueves/ Thursday: arroz y cordero / rice and lamb.  
Viernes/ Friday: ensalada y huevo / salad and egg.

