

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>07</b></p> <p>Arroz blanco con tomate</p> <p>Tortilla francesa y salchichas</p> <p>Fruta</p> <p>640 Kcal/ P:21,3g / H:79,6g G:24,9g /A.G.S.:7,1g</p>	<p><b>08 Jornada Gastronómica de Asturias</b></p> <p>Fabada asturiana</p> <p>Lacón al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>705 Kcal/ P:36,8g / H:70,5g G:26,6g /A.G.S.:7,1g</p>	<p><b>09</b></p> <p>Macarrones gratinados</p> <p>Bacalao al horno con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p> <p>616 Kcal/ P:30g / H:75,8g G:19,6g /A.G.S.:4g</p>	<p><b>10</b></p> <p>Judías verdes con jamón</p> <p>Pollo asado con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>687 Kcal/ P:35,4g / H:62,1g G:29,6g /A.G.S.:6,9g</p>
<p><b>13</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>14</b></p> <p>Sopa de fideos</p> <p>Ternera guisada con brócoli y arroz</p> <p>Fruta</p> <p>693 Kcal/ P:30,8g / H:109g G:13g /A.G.S.:3,3g</p>	<p><b>15</b></p> <p>Crema de verduras naturales (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas)</p> <p>Cinta de lomo a la plancha con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>618 Kcal/ P:34,9g / H:60,8g G:24,2g /A.G.S.:7,4g</p>	<p><b>16</b></p> <p>Coditos con tomate y atún</p> <p>Lomo de salmón al horno con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p> <p>689 Kcal/ P:34,9g / H:70,3g G:28,2g /A.G.S.:5g</p>	<p><b>17</b></p> <p>Lentejas guisadas</p> <p>Pechugas de pollo a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>724 Kcal/ P:44,2g / H:57,2g G:32,7g /A.G.S.:8,6g</p>
<p><b>20</b></p> <p>Paella (calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas, pimiento, guisantes)</p> <p>Jamón york y queso con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta</p> <p>642 Kcal/ P:30,5g / H:65,7g G:27,2g /A.G.S.:8,9g</p>	<p><b>21</b></p> <p>Puré de la huerta (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas)</p> <p>Albóndigas de ternera con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>688 Kcal/ P:28,2g / H:78,5g G:26,6g /A.G.S.:8,7g</p>	<p><b>22</b></p> <p>Sopa del cocido</p> <p>Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas)</p> <p>Fruta</p> <p>714 Kcal/ P:42,6g / H:84,4g G:19,7g /A.G.S.:7,4g</p>	<p><b>23</b></p> <p>Espaguetis a la boloñesa</p> <p>Merluza a la romana con ensalada mixta</p> <p>Postre lácteo</p> <p>711 Kcal/ P:29g / H:82,7g G:27,5g /A.G.S.:5,1g</p>	<p><b>24</b></p> <p>Patatas a la marinera</p> <p>Rotti de pavo con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>623 Kcal/ P:22,6g / H:70,4g G:26,4g /A.G.S.:4,5g</p>
<p><b>27</b></p> <p>Arroz con calabacín y dados de pavo</p> <p>Pescadilla al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>700 Kcal/ P:24,3g / H:93g G:23,8g /A.G.S.:3,4g</p>	<p><b>28</b></p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Escalopines de cerdo en salsa de manzana con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>656 Kcal/ P:34,8g / H:62,9g G:27,8g /A.G.S.:7,5g</p>	<p><b>29</b></p> <p>Lentejas caseras</p> <p>Tortilla de jamón York con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p> <p>675 Kcal/ P:31,3g / H:60g G:31,5g /A.G.S.:7,1g</p>	<p><b>30</b></p> <p>Ensalada de pasta</p> <p>Lomos de rosada rebozados con tomate aliñado</p> <p>Fruta</p> <p>608 Kcal/ P:29,2g / H:68,4g G:22,4g /A.G.S.:3,3g</p>	

Los menús se sirven acompañados de pan y agua, así como de un vaso de leche opcional, sola o con cacao y/o azúcar.

Personal propio, especializado y experimentado, elabora los menús integradamente en nuestras instalaciones utilizando productos de primera calidad.

**Menús especiales para alergias: Consultar WEB**

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro