

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

07

08

Kcal 573 P. 17
Lip. 23 H.C. 69

- CREMA DE VERDURAS
- ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA
- POSTRE Y PAN

09

Kcal 597 P. 25
Lip. 19 H.C. 77

- ALUBIAS BLANCAS GUIADAS
- TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- POSTRE Y PAN

10

Kcal 618 P. 25
Lip. 19 H.C. 89

- MACARRONES GRATINADOS
- BACALAO AL HORNO
- PIMIENTOS
- POSTRE Y PAN

11

Kcal 539 P. 33
Lip. 9 H.C. 67

- GUISANTES REHOGADOS
- FILETE DE POLLO EMPANADO
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- POSTRE Y PAN

14

Kcal 549 P. 25
Lip. 8 H.C. 88

- LENTEJAS GUIADAS
- CHULETA DE SAJONIA
- PURÉ DE PATATA
- POSTRE Y PAN

15

Kcal 602 P. 21
Lip. 13 H.C. 94

- PAELLA MIXTA
- MERLUZA ADOBADA
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- POSTRE Y PAN

16

Kcal 645 P. 23
Lip. 23 H.C. 84

- PATATAS GRATINADAS
- HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE
- POSTRE Y PAN

17

Kcal 454 P. 28
Lip. 12 H.C. 52

- JUDÍAS VERDES REHOGADAS
- FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- POSTRE Y PAN

18

Kcal 620 P. 35
Lip. 11 H.C. 88

- CODITOS ITALIANA
- GUIZO MARINERO
- POSTRE Y PAN

21

Kcal 502 P. 28
Lip. 9 H.C. 67

- CREMA DE CALABACÍN
- GUIARRA GUIADA CON PATATA Y CHAMPIÑÓN
- POSTRE Y PAN

22

Kcal 460 P. 16
Lip. 10 H.C. 74

- GARBANZOS GUIADOS
- MERLUZA A LA DONOSTIARRA
- POSTRE Y PAN

23

Kcal 724 P. 31
Lip. 22 H.C. 92

- ARROZ RIOJANO
- HUEVOS COCIDOS CON ATÚN Y TOMATE
- POSTRE Y PAN

24

Kcal 651 P. 42
Lip. 26 H.C. 56

- SOPA DE PESCADO
- POLLO ASADO
- PATATAS FRITAS
- POSTRE Y PAN

25

Kcal 685 P. 23
Lip. 17 H.C. 102

- FUSILLIS NAPOLITANA
- SAN JACOBO CASERO
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- POSTRE Y PAN

28

Kcal 895 P. 28
Lip. 46 H.C. 85

- LENTEJAS HORTELANAS
- TORTILLA DE PATATAS
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- POSTRE Y PAN

29

Kcal 710 P. 27
Lip. 19 H.C. 97

- ARROZ AL HORNO
- ZAPATERO EN SALSAS AMERICANAS
- POSTRE Y PAN

30

Kcal 501 P. 28
Lip. 14 H.C. 58

- COLIFLOR CON REFRITO
- ESTOFADO DE AVE
- POSTRE Y PAN

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Arroz, pasta o patata
Pescado o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta

Cena

VISITA  [www.cuidatey come sano! .com](http://www.cuidateycome sano.com)

GastronomicTM
ESPECIALISTAS EN ALIMENTACIÓN



SALUD Y NUTRICIÓN
A TU ALCANCE



AL TERMINAR CEPÍLLATE
LOS DIENTES

LOCAL responsable 
agroecología RICO saludable
Compartimos valores que nos hacen mejores

Una alimentación sana, junto a una adecuada actividad física, es fundamental para nuestra calidad de vida.

Una alimentación comprometida con el cuidado del medio ambiente es básica para que generaciones futuras vivan en un entorno más limpio y sostenible.

Siempre que confías en Gastronomic hay detrás un equipo de personas formadas para que comas rico, saludable y de forma responsable.



Proteína saludable



Granos integrales



Frutas y verduras



Gastronomic

Calle del Arte, 15 · 28033 Madrid
91 302 02 20



www.gastronomic.es

AENOR

PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19

GB CORPORACION