



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



<p>5 VACACIONES DE VERANO</p>	<p>6 VACACIONES DE VERANO</p>	<p>7 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA Y PAN Rice with tomato Turkey sausages with fries and ketchup Fruit and bread KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g cena: wok de verduras con atun</p>	<p>1 VACACIONES DE VERANO</p>	<p>2 VACACIONES DE VERANO</p>
<p>12 PURE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A LA JARDINERA FRUTA Y PAN Vegetables puree Meatballs in vegetables sauce Fruit and bread KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g cena: fruta asada con ensalada</p>	<p>13 LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALSAS CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN Lentils with vegetables Chicken in sauce with carrots Fruit and bread KCAL 644 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g cena: cinta de lomo con patatas</p>	<p>14 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN Grain Napolitana pasta Hake in sauce with pepper Fruit and bread KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g cena: tortilla de patata con ensalada</p>	<p>8 JUDIAS VERDES REHOGADAS MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN Green beans with garlic Fried hake with salad Fruit and bread KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g cena: revuelto de champiñon y jamon</p>	<p>9 GARBANZOS GUISADOS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN Stewed chickpeas Chicken with carrots Dairy dessert and bread KCAL 715 PROT 54 g HC 44 g LIP 24 g cena: bacalao con tomate y pimiento</p>
<p>19 FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALSAS VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN Vegetable fideua Hake in green sauce with zucchini Fruit and bread KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g cena: crema de calabaza y pollo plancha</p>	<p>20 JUDIAS PINTAS GUISADAS LACON A LA GALLEGA CON PATATA FRUTA Y PAN INTEGRAL Stewed brown beans Baked ham with potatoe Fruit and bread KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g cena: pavo en salsa con champiñon</p>	<p>21 ARROZ MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN Milanesa rice French omelette with salad Fruit and bread KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g cena: pollo asado con verduras</p>	<p>15 ARROZ CON VERDURAS DE TEMPORADA CINTA DE LOMO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN Rice with vegetables Garlic pork with salad Fruit and bread KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g cena: judias verdes con atun</p>	<p>16 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, zanahoria, morcillo y chorcizo POSTRE LACTEO Y PAN Cocido soup chickpeas, bacon, veal, and chorizo Dairy dessert and bread KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g cena: dorada a la plancha con ensalada</p>
<p>26 LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN Organic lentils with vegetables Spanish omelette with salad Fruit and bread KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g</p>	<p>27 MACARRONES CON CHORIZO ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN Macaronni with chorizo Fish in sauce with pepper Fruit and bread KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g</p>	<p>28 PANACHE DE VERDURAS ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A LA JARDINERA CON PATATAS FRUTA Y PAN Vegetables Meatballs with fries Fruit and bread KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g</p>	<p>22 JUDIAS VERDES REHOGADAS CANELONES DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y PAN Green beans with garlic Veal caneloni with salad Fruit and bread KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g cena: pavo salteado con calabacin</p>	<p>23 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN Stewed potatoes with vegetables Roasted chicken with carrot Dairy dessert and bread KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g cena: ragu ternera en salsa con pimiento</p>
<p>29 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, zanahoria, morcillo y chorcizo FRUTA Y PAN INTEGRAL Cocido soup chickpeas, bacon, veal, and chorizo Fruit and bread KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g</p>	<p>30 PAELLA DE VERDURAS BOQUERONES REBOZADOS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN Vegetables paella Fried fish with salad Dairy dessert and bread KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g</p>			

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGICOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

LA RIOJA

SEPTIEMBRE 2022

SIN LEGUMBRE, AJO, CEBOLLA, PROCESADOS, BROCOLI, CHAMPI



WWW.SIGRESTAURACION.COM

Clave Web:216086225

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



1
VACACIONES DE VERANO

2
VACACIONES DE VERANO

5
VACACIONES DE VERANO

6
VACACIONES DE VERANO

7
ARROZ REHOGADO
POLLO HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g

8
PASTA REHOGADA
MERLUZA HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g

9
ARROZ REHOGADO
POLLO HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g

12
SOPA DE AVE
PAVO HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g

13
CREMA DE CALABAZA
POLLO HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g

14
PASTA REHOGADA
MERLUZA HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g

15
ARROZ REHOGADO
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g

16
SOPA DE AVE
POLLO HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

19
PASTA REHOGADA
MERLUZA HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g

20
CREMA DE ZANAHORIA
POLLO HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g

21
ARROZ REHOGADO
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g

22
PASTA REHOGADA
RAGU PAVO HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g

23
SOPA DE AVE
POLLO HORNO
ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g

26
ARROZ REHOGADO
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27
PASTA REHOGADA
MERLUZA HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28
CREMA DE ZANAHORIA
PAVO HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29
SOPA DE AVE
RAGU POLLO HORNO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g

30
ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA HORNO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGICOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

LA RIOJA

SEPTIEMBRE 2022

MUSULMAN



WWW.SIGRESTAURACION.COM

Clave Web:216086225

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



5 VACACIONES DE VERANO	6 VACACIONES DE VERANO	7 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA Y PAN KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g	1 VACACIONES DE VERANO	2 VACACIONES DE VERANO
12 PURE DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON CALABACIN FRUTA Y PAN KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g	13 LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO EN SALS A CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g	14 PASTA INTEGRAL CON TOMATE MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g	8 JUDIAS VERDES REHOGADAS MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g	9 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g
19 FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALS A VERDE CON CALABACIN FRUTA Y PAN KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g	20 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO PIMIENTA CON BERENJENA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g	21 ARROZ MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g	15 ARROZ CON VERDURAS FILETE DE PAVO AJILLO CON BERENJENA FRUTA Y PAN KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g	16 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO COMPLETO arbanzos ,falda, patata,zanahoria POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g
26 LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g	27 PASTA CON TOMATE ABADEJO A LA VIZCAINA CON PIMIENTO POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g	28 PANACHE DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALS A CON BERENJENA FRUTA Y PAN KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g	22 JUDIAS VERDES REHOGADAS CANELONES DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y PAN KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g	23 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g
			29 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO COMPLETO arbanzos ,falda, patata,zanahoria FRUTA Y PAN KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g	30 PAELLA DE VERDURAS BOQUERONES REBOZADOS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



LA RIOJA

SEPTIEMBRE 2022

CELIACO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1
VACACIONES DE VERANO

2
VACACIONES DE VERANO

5
VACACIONES DE VERANO

6
VACACIONES DE VERANO

7
ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 649 PROT 27 g HC 64 g LIP 18 g

8
JUDIAS VERDES REHOGADAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 706 PROT 33 g HC 102 g LIP 16 g

9
GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 953 PROT 71,6 g HC 87 g LIP 31 g

12
PURE DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat)
ENCEBOLLADA CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 771 PROT 25 g HC 79 g LIP 37 g

13
LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 888 PROT 67 HC 84 g LIP 26 g

14
PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 737 PROT 34 g HC 102 g LIP 19 g

15
ARROZ CON VERDURAS
CINTA DE LOMO
CON BERENJENA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 908 PROT 31 g HC 99 g LIP 47 g

16
SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
aarbanzos , tocino, morcillo v chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 929 PROT 48 g HC 99 g LIP 33 g

19
PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURA
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 712 PROT 34 g HC 95 g LIP 19 g

20
JUDIAS PINTAS
CON VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 903 PROT 53 g HC 80 g LIP 35 g

21
ARROZ CON TOMATE
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g

22
JUDIAS VERDES REHOGADAS
TERNERA EN SALSA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 685 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g

23
PATATAS GUISADAS
CON VERDURAS
POLLO ASADO CON
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g

26
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27
PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A LA VIZCAINA
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28
PANACHE DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat)
EN SALSA CON BERENJENA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29
SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
aarbanzos , tocino, morcillo v chorizc
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g

30
ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

LA RIOJA

SEPTIEMBRE 2022

SIN MARISCO



WWW.SIGRESTAURACION.COM

Clave Web:216086225

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1
VACACIONES DE VERANO

2
VACACIONES DE VERANO

5
VACACIONES DE VERANO

6
VACACIONES DE VERANO

7
ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO
CON KETCHUP Y PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 487 PROT 21 g HC 49 g LIP 14 g

8
JUDIAS VERDES
REHOGADAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 529 PROT 25 g HC 76 g LIP 12 g

9
GARBANZOS GUISADOS
JAMONCITOS DE POLLO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 715 PROT 54 g HC 66 g LIP 24 g

12
PURE DE VERDURAS
ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A
LA JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 578 PROT 19 g HC 59 g LIP 28 g

13
LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EN SALS
A CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 666 PROT 51 HC 63 g LIP 20 g

14
PASTA INTEGRAL
A LA NAPOLITANA
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 26 g HC 77 g LIP 15 g

15
ARROZ CON VERDURAS
CINTA DE LOMO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 777 PROT 23 g HC 89 g LIP 35g

16
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
aarbanzos , tocino, morcillo v chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

19
FIDEUA DE VERDURAS
POLLO FINAS HIERBAS
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 534 PROT 26 g HC 72 g LIP 15 g

20
JUDIAS PINTAS
GUISADAS
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 677 PROT 40 g HC 61 g LIP 26 g

21
ARROZ MILANESA
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 708 PROT 17 g HC 103g LIP 24 g

22
JUDIAS VERDES REHOGADAS
TERNERA EN SALS
A CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN

KCAL 485 PROT 18 g HC 92 g LIP 23 g

23
PATATAS GUISADAS
CON VERDURAS
POLLO ASADO CON
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 655 PROT 52 g HC 59 g LIP 22 g

26
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 871 PROT 36 g HC 106g LIP 31 g

27
MACARRONES CON CHORIZO
FILETE DE PAVO FINAS HIERBAS
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 714 PROT 34 g HC 94 g LIP 21 g

28
PANACHE DE VERDURAS
ALBONDIGAS MIXTAS (burger meat) A
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 822 PROT 24 g HC 77 g LIP 44 g

29
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
aarbanzos , tocino, morcillo v chorizc
FRUTA Y PAN

KCAL 908 PROT 44,3 g HC 104 g LIP 30,7 g

30
PAELLA DE VERDURAS
RAGU PAVO SALS
A CON CHAMPINON
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 948 PROT 37 g HC 111 g LIP 38 g

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB