



SERVICIOS
HOSTELEROS
A COLECTIVIDADES



Mayo / May

Lunes / Monday 3	Fiesta / Holiday	Martes / Tuesday 4	Fiesta / Holiday	Miérc / Wednesday 5	Macarrones con tomate / Macarroni with tomato Lomo de Sajonia / Pork loin Ensalada con remolacha / Salad with beetroot Fruta / Fruit Pan / Bread	Jueves / Thursday 6	Judías verdes rehogadas con pimentón / Green beans with paprika Tortilla francesa de atún / Tuna french Ensalada con zanahoria / Salad with carrot Fruta / Fruit Pan / Bread	Viernes / Friday 7	Sopa de estrellas / Stars soup Pollo al horno / Roast Chicken Patatas y tomate al horno / Roast potatoes and tomato Helado / Ice cream Pan / Bread
	Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:		Kcal: 654 Proteínas: 26,1g Grasas: 22g AGS: 3,2g Carbohidratos: 82,8g Azúcares: 18,4g		Kcal: 603 Proteínas: 22,9g Grasas: 26,6g AGS: 4,7g Carbohidratos: 61,7g Azúcares: 23,9g		Kcal: 666 Proteínas: 22,3g Grasas: 24,8g AGS: 3g Carbohidratos: 84,9g Azúcares: 9g
Lunes / Monday 10	Ensalada de pasta / Pasta salad Jurel en salsa con calabacín / Horse mackerel in sauce with zucchini Fruta / Fruit Pan / Bread	Martes / Tuesday 11	Judías pintas con chorizo / Pinto beans with chorizo Huevos con tomate / Eggs with tomato Ensalada con maíz / Salad with corn Melocotón en almibar / Peach in syrup Pan / Bread	Miérc / Wednesday 12	Coliflor con bechamel / Couiflower with bechamel sauce Hamburguesa encebollada con patata / Burger with onions and potato Fruta / Fruit Pan / Bread	Jueves / Thursday 13	Arroz a la milanesa / Rice with vegetables Merluza al horno / Roast hake Ensalada con tomate / Salad with tomato Fruta / Fruit Pan / Bread	Viernes / Friday 14	Sopa de cocido / Noddle soup Garbanzos, carne, chorizo, morcilla, tocino y verdura / Cheakpea, meat, chorizo, black pudding, pork fat and vegetables Yogur / Yoghurt Pan / Bread
	Kcal: 723 Proteínas: 28,9g Grasas: 36,7g AGS: 5,7g Carbohidratos: 62,1g Azúcares: 19,6g		Kcal: 705 Proteínas: 29,1g Grasas: 27,3g AGS: 6,3g Carbohidratos: 76,5g Azúcares: 21,9g		Kcal: 593 Proteínas: 22g Grasas: 23,7g AGS: 4,6g Carbohidratos: 66,1g Azúcares: 23,3g		Kcal: 593 Proteínas: 23,9g Grasas: 24,6g AGS: 4,6g Carbohidratos: 78,8g Azúcares: 20,9g		Kcal: 657 Proteínas: 25,4g Grasas: 4,9g AGS: 4,9g Carbohidratos: 80,2g Azúcares: 17,1g
Lunes / Monday 17	Coditos a la carbonara / Pasta with cream Lenguado a la naranja / Sole in orange sauce Ensalada con remolacha / Salad with beetroot Fruta / Fruit Pan / Bread	Martes / Tuesday 18	Judías blancas guisadas / White beans Tortilla francesa con pimientos / French omelette with peppers Fruta / Fruit Pan / Bread	Miérc / Wednesday 19	Paella mixta / Paella Jamón asado / Pork loin Salteado de verduras / Vegetables Fruta / Fruit Pan / Bread	Jueves / Thursday 20	Guisantes rehogados / Peas Ternera en salsa con zanahoria / Veal in sauce with carrot Fruta / Fruit Pan / Bread	Viernes / Friday 21	Marmitaco / Potatoes with fish Pollo al ajillo / Garlic chicken Ensalada con tomate / Salado with tomato Natillas / Custards Pan / Bread
	Kcal: 682 Proteínas: 24,5g Grasas: 23,4g AGS: 4g Carbohidratos: 88,9g Azúcares: 24,1g		Kcal: 586 Proteínas: 26g Grasas: 21,2g AGS: 5,4g Carbohidratos: 64,8g Azúcares: 15,8g		Kcal: 655 Proteínas: 31,6g Grasas: 22,6g AGS: 5g Carbohidratos: 77,3g Azúcares: 22,5g		Kcal: 710 Proteínas: 44,6g Grasas: 28g AGS: 5,9g Carbohidratos: 64,9g Azúcares: 24,5g		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:
Lunes / Monday 24	Arroz con tomate / Rice with tomato Abadejo al horno con verduras asadas / Roast pollack with vegetables Fruta / Fruit Pan / Bread	Martes / Tuesday 25	Brócoli rehogado / Broccoli Tortilla de patatas / Potatoes omelette Ensalada mixta / Salad with tomato, carrot and corn Fruta / Fruit Pan / Bread	Miérc / Wednesday 26	Lentejas guisadas / Lentils Merluza a la gallega con berenjena / Galician hake with aubergine Fruta / Fruit Pan / Bread	Jueves / Thursday 27	DÍA SIN GLUTEN / GLUTEN-FREE DAY Ensalada campera / Potatoes salad Albóndigas en salsa / Meatballs in sauce Champiñones / Mushrooms Fruta / Fruit Pan / Bread	Viernes / Friday 28	Sopa de cocido / Noddle soup Garbanzos, carne, chorizo, morcilla, tocino y verdura / Cheakpea, meat, chorizo, black pudding, pork fat and vegetables Helado / Ice cream Pan / Bread
	Kcal: 613 Proteínas: 18,6g Grasas: 16g AGS: 2g Carbohidratos: 93,7g Azúcares: 21,6g		Kcal: 630 Proteínas: 23,3g Grasas: 30,4g AGS: 5g Carbohidratos: 58,8g Azúcares: 23,2g		Kcal: 675 Proteínas: 25,5g Grasas: 35,2g AGS: 4,9g Carbohidratos: 56,9g Azúcares: 16,1g		Kcal: 686 Proteínas: 27,7g Grasas: 22,8g AGS: 4,3g Carbohidratos: 87,1g Azúcares: 18,2g		Kcal: 715 Proteínas: 22,7g Grasas: 26,7g AGS: 3g Carbohidratos: 89,9g Azúcares: 10,2g
Lunes / Monday 31	Judías verdes con bacon / Green beans with bacon Hamburguesa de potón / Jumbo squid Burger Ensalada con quinoa / Salad with quinoa Fruta / Fruit Pan / Bread	Martes / Tuesday		Miérc / Wednesday		Jueves 7 Thursday		Viernes / Friday	
	Kcal: 705 Proteínas: 22,1g Grasas: 24,9g AGS: 3,9g Carbohidratos: 91,4g Azúcares: 20,1g		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares:		Kcal: Proteínas: Grasas: AGS: Carbohidratos: Azúcares: