

MENU

02/11/2020 – 06/11/2020

	LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
PRIMER PLATO / STARTER	Sopa de minestrone/ Minestrone soup	Pizza / pizza	Cocido de garbanzos / Chickpea casserole	Crema de verduras / Vegetable soup	Espagueti Bolognesa/ Spaghetti Bolognes
SEGUNDO PLATO / MAIN COURSE	Lomo plancha c/pimientos y patatas fritas/ Grilled pork loin w/peppers & chips	Guisado de ternera c/guarnicion / Beef stew w/garnish	Tortilla de patata c/ensalada / Spanish omelette w/salad	Escalope de pollo c/patatas fritas / Chicken escalope w/chips	Merluza Orly c/ensalada / " Orly" hake w/salad
POSTRE / DESSERT	Fruta / Fruit	Fruta o arroz c/leche / Fruit or rice pudding	Fruta o profiteroles / Fruit or profiteroles	Fruta o helado / Fruit or Ice cream	Fruta o tarta / Fruit or cake
PRIMER VEGETARIANO / VEGETARIAN STARTER	Sopa de minestrone / Minestrone soup	Pizza vegetariana / Vegetarian pizza	Garbanzos vegetarianos / Vegetarian chickpeas	Crema de verduras / Vegetable soup	Menestra de verduras / Vegetable stew
SEGUNDO VEGETARIANO / VEGETARIAN MAIN COURSE	Arroz tres delicias / Fried rice Kcal.1010 P.37 Lip.38 HC.130	Alcachofas guisadas / Artichokes Kcal.990 P.26 Lip.27 HC. 138	Berenjena rellena/ Stuffed aubergine Kcal.990 P.26 Lip.27 HC.138	Champiñones al ajillo / Garlic mushroom Kcal.905 P.40 Lip.27 HC.120	Merluza en salsa marinera / Hake in seafood sauce Kcal.980 P.32 Lip.39 HC.128

MENU

09/11/2020 – 13/11/2020

	LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
PRIMER PLATO / STARTER	Crema de verduras / Vegetable soup	Fabada Asturiana / Asturian stew	Judias salteadas c/jamon /Sautéed green beans w/ham	Sopa de pescado / Fish soup	Macarrones c/ carne y tomate / Macaroni w/beef & tomato sauce
SEGUNDO PLATO / MAIN COURSE	Pastel de carne/ Beef cake	Salchichas c/huevo y patatas fitas / Sausages w/egg & chips	Pollo guisado c/verduras / chicken stew w/ vegetables	Albondigas a la Jardinera c/guarnición / Meatballs w/garnish	Escalope de pescado c/ensalada / Fish escalope w/salad
POSTRE / DESSERT	Fruta o arroz c/leche / Fruit or rice pudding	Fruta o pudding de pan / Fruit or bread pudding	Fruta o pancakes / Fruit or pancakes	Fruta o helado / Fruit or ice cream	Fruta o flan / Fruit or flan
PRIMER VEGETARIANO / VEGETARIAN STARTER	Crema de verduras / Vegetable soup	Alubias blancas vegetarianas / Vegetarian white beans	Judias salteadas / Sautéed green beans	Sopa de pescado / Fish soup	Macarrores c/tomate / Macaroni w/tomato sauce
SEGUNDO VEGETARIANO / VEGETARIAN MAIN COURSE	Arroz c/verduras / Rice w/vegetables	Champiñones al ajillo / Garlic mushroom	Tortilla de espárragos c/ ensalada / Asparagus omelette w/salad	Broccoli salteado c/patata cocida / Broccoli sauteed w/ boiled potato	Pescado del dia a la plancha c/verduras salteadas / Grilled fish of the day w/ sauteed vegetables
	Kcal. 1010 P.42 Lip.26 HC.130	Kcal.1005 P.35 Lip.30 HC.125	Kcal.990 P.42 Lip.31 HC.115	Kcal.990 P.42 Lip.35 HC.125	Kcal.930 P.32 Lip.33 HC.115

MENU

16/11/2020 – 20/11/2020

	LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
PRIMER PLATO / STARTER	Lentejas guisadas / Lentils w/beef	Sopa de fideo / Noodle soup	Arroz a la cubana / Cuban rice	Crema de puerro y zanahoria / Leek & carrot soup	Espaguetis al ajillo / Garlic spaghetti
SEGUNDO PLATO / MAIN COURSE	Pollo asado c/patatas y ensalada/ Roast chicken w/chips & salad	San Jacobo c/patatas fritas / San Jacobo w/chips	Lomo de cerdo asado c/pure de espinaca y patata / Roast pork loin w/spinach & mashed potato	Croquetas de pollo c/ embutido , pepino y tomate / Chicken croquettes w/cured meat, cucumber & tomato	Merluza a la Riojana / Riojan style hake
POSTRE / DESSERT	Fruta / Fruit	Fruta o galatina / Fruit or jelly	Fruta o natillas / Fruit or custard	Fruta o tarta de chocolate / Fruit or chocolate cake	Fruta o yogurt / Fruit or yoghurt
PRIMER VEGETARIANO / VEGETARIAN STARTER	Lentejas vegetarianas / Vegetarian lentils	Sopa de fideo / Noodle soup	Arroz a la cubana / Cuban rice	Crema de puerro y zanahoria / Leek & carrot soup	Espaguetis al ajillo / Garlic spaghetti
SEGUNDO VEGETARIANO / VEGETARIAN MAIN COURSE	Revuelto de calabacin / Scrambled eggs w/ courgette	Tortilla de queso y champinon / Cheese & mushroom omelette	Judias verdes a la Casera / Green beans	Berejena a la Cazadora / Aubergine "a la cazadora"	Merluza a la plancha c/ensalada / Grilled hake w/salad
	Kcal.910 P.44 Lip.23 HC.127	Kcal.1015 P.34 Lip.29 HC.135	Kcal. 1036 P.33 Lip.35 HC.120	Kcal.960 P.39 Lip.25 HC.125	Kcal.990 P.33 Lip.27 HC.135

MENU

23/11/2020 – 27/11/2020

	LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
PRIMER PLATO / STARTER	Patatas a la Riojana / Riojan style potatoes	Arroz a la cubana / Cuban rice	Sopa de pollo / Chicken soup	Fabada Asturiana / Asturian stew	Macarrones c/ chorizo y tomate / Macaroni w/cured meat & tomato sauce
SEGUNDO PLATO / MAIN COURSE	Pernil de cerdo asado c/broccoli / Roast pork w/broccoli	Palitos de pollo c/ ensalada/ Chicken nuggets w/salad	Salchichas con puré de patata / Sausages w/mashed potato	Huevo frito c/patatas a lo pobre / Fried egg w/ "poor" potatoes	Escalope de pescado c/ensalada / Fish escalope w/salad
POSTRE / DESSERT	Fruta o torrijas / Fruit or Spanish style French toast	Fruta o natillas / Fruit or custard	Fruta o melocoton en almibar / Fruit or peach in syrup	Fruta o helado / Fruit or ice cream	Fruta o torrija / Fruit or torrija
PRIMER VEGETARIANO / VEGETARIAN STARTER	Menestra de verduras / Vegetable stew	Arroz a la cubana / Cuban rice	Sopa de fideo / Noodle soup	Alubias blancas vegetarianas/ Vegetarian white beans	Macarrones c/tomate / Macaroni w/tomato sauce
SEGUNDO VEGETARIANO / VEGETARIAN MAIN COURSE	Revuelto de champinon c/ensalada / Scrambled eggs w/ mushroom	Calabacin frito c/miel / Fried courgette w/honey	Guisantes salteados / Sautéed green peas	Berenjena a la cazadora/Aubergine a la cazadora	Menestra de verduras / Mixed fried vegetables
	Kcal.1005 P.35 Lip.29 HC.129	Kcal.1000 P.31 Lip.35 HC.125	Kcal. 1010 P.36 Lip.31 HC.140	Kcal.1010 P.42 Lip.30 HC.140	Kcal.990 P.35 Lip.32 HC.135

MENU

30/11/2020

	VIERNES / FRIDAY	MARTES/TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
PRIMER PLATO / STARTER	Paella Valenciana / Paella Valenciana style				
SEGUNDO PLATO / MAIN COURSE	Escalope de cerdo c/ensalada / Pork loin w/salad				
POSTRE/ DESSERT	Fruta o pudding de pan/ Fruit or bread pudding				
PRIMER VEGETARIANO / VEGETARIAN STARTER	Paella vegetariana/ Vegetarian paella				
SEGUNDO VEGETARIANO / VEGETARIAN MAIN COURSE	Tortilla de queso/ Cheese omelette Kcal.1005 P.45 Lip.35 HC.135				