

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

ausolan

**COCINAS
CENTRALES****FEBRERO 2021****ALÉRGENOS**

- 1 gluten 2 crustáceos 3 huevo 4 pescado 5 cacahuete 6 soja 7 lácteos
8 frutos secos 9 apio 10 mostaza 11 sésamo 12 sulfitos 13 altramuces 14 moluscos

01

Spaguetti con tomate (1,3)
Merluza en salsa verde(4)
Lácteo (7)/pan(1,8)
Spaguetti with tomato
Hake in green sauce
Dairy dessert/bread

02

Crema de calabacín
Lomo de cerdo plancha con patatas fritas
Fruta/pan(1,8)
Cream of zucchini
Pork loin with chips
Fruit and milk/bread

03

Lentejas castellanas con chorizo
Atún con tomate
Lácteo(7)/pan(1,8)
Castilians lentils with chorizo
Tuna with tomato
Dairy dessert/bread

04

Judías verdes con tomate
Albóndigas jardinera(6)
Fruta/pan(1,8)
Green beans with tomato and carrot
Meat balls with vegetables
Fruit and milk/bread

05

Sopa de cocido (1,3)
Cocido completo
Lácteo(7)/pan(1,8)
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert/bread

08

Espirales tricolor con tomate casero (1,3)
Tortilla con ensalada(3)
Lácteo(7)/pan(1,8)
Three colours spirals with tomato
Omelette with salad
Dairy dessert/bread

09

Lentejas jardinera
Daditos de bacalao con ensalada(1,2,3,4,7,12,14)
Fruta/pan(1,8)
Lentils with vegetables
Breaded cod with salad
Fruit and milk/bread

10

Puré de verduras
Filete de pollo con patatas fritas
Lácteo(7)/pan(1,8)
Cream of vegetables
Roast loin with chips
Fruit and milk/bread

11

Judías blancas jardinera
Hamburguesa en salsa (6)
Fruta/pan(1,8)
White beans w/ vegetables,
Meat balls with vegetables
Fruit and milk/bread

12

Arroz caldoso con pollo y verduras
Merluza romana con ensalada (1,3,4)
Lácteo(7)/pan(1,8)
Broth rice with chicken and veget.
Hake in slow green sauce
Fruit and milk/bread

15

Menestra de verduras
Guiso de ternera con patatas
Lácteo(7)/pan(1,8)
Green beans w/ tomato, potatoes and carrot
Stew veal with chips
Dairy dessert/bread

16

Macarrones con york (1,3)
Limanda romana con ensalada(1,3,4)
Fruta/pan(1,8)
Macaroni with york
Breaded limanda with salad
Fruit and milk/bread

17

Lentejas con verduritas
Croquetas con ensalada (1,2,3,4,6,7,9,10,14)
Lácteo(7)/pan(1,8)
Lentils with vegetables
Croquettes with salad
Dairy dessert/bread

18

Patatas guisadas
Salmon horno con ensalada(4)
Fruta/pan(1,8)
Stew potatoes
Baked salmon with salad
Fruit and milk/bread

19

FIESTA/HOLIDAY

22

FIESTA/HOLIDAY

23

Arroz con pollo
Filete de merluza con ensalada(4)
Fruta/pan(1,8)
Rice with chicken
Hake fillet with salad
Fruit and milk/bread

24

Sopa de picadillo
Tortilla española con ensalada
Lácteo(7)/pan(1,8)
Picadillo soup
Spanish omelette with salad
Dairy dessert/bread

25

Crema de calabacín
Guiso de pollo con patatas fritas
Fruta/pan(1,8)
Cream of zucchini
Stew chicken with chips
Fruit and milk/bread

26

Lentejas con chorizo
Delicias de calamar con ensalada(1,3,4,7,14)
Lácteo(7)/pan(1,8)
Lentils with chorizo
Squids delights with salad
Dairy dessert/bread

Hidra. car.: 106g. Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717Hidra. car.: 102g. Proteínas: 36g
Grasas: 28g - Kcalorías: 747Hidra. car.: 98g. Proteínas: 32g
Grasas: 26g - Kcalorías: 729Hidra. car.: 106g. Proteínas: 31g
Grasas: 26g - Kcalorías: 717