Las Viñas

Enero 2019

Astringente

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7 Kcal 777 Glú 97 Líp 37 Pro 17 1° *Crema de zanahoria 2° *Muslo de pollo asado en su jugo Postre *Yogur natural Pan	**8** Kcal 863 Glú 97 Líp 29 Pro 42 1° *Patatas con zanahoria 2° *Merluza al horno Postre *Yogur natural Pan	**9** Kcal 860 Glú 128 Líp 23 Pro 30 1° *Arroz blanco 2° *Albóndigas de ternera patata y zanahoria Postre *Yogur natural Pan	**10** Kcal 758 Glú 83 Líp 32 Pro 37 1° *Crema de zanahoria 2° *Ternera asada con zanahoria Postre *Yogur natural Pan	**11** Kcal 900 Glú 113 Líp 33 Pro 40 1° *Sopa de fideo 2° *Tortilla francesa Postre *Yogur natural Pan
14 Kcal 751 Glú 77 Líp 28 Pro 50 1° *Crema de zanahoria 2° *Pechuga de pollo con zanahoria Postre *Yogur natural Pan	**15** Kcal 913 Glú 134 Líp 25 Pro 43 1° *Arroz blanco 2° *Guisado de ternera en salsa Postre *Yogur natural Pan	**16** Kcal 680 Glú 95 Líp 11 Pro 31 1° *Crema de zanahoria 2° *Merluza al horno Postre *Yogur natural Pan	**17** Kcal 905 Glú 98 Líp 42 Pro 37 1° *Macarrones blancos 2° *Muslo de pollo asado en su jugo Postre *Yogur natural Pan	**18** Kcal 784 Glú 92 Líp 34 Pro 29 1° *Patatas con zanahoria 2° *Bacalao al horno con zanahoria Postre *Yogur natural Pan
21 Kcal 878 Glú 122 Líp 33 Pro 30 1° *Arroz blanco 2° *Pechuga de pollo en su jugo Postre *Yogur natural Pan	**22** Kcal 809 Glú 84 Líp 40 Pro 31 1° *Crema de zanahoria 2° *Merluza al horno con zanahoria Postre *Yogur natural Pan	**23** Kcal 888 Glú 119 Líp 26 Pro 44 1° *Espaguetis blancos 2° *Hamburguesa de ternera en salsa Postre *Yogur natural Pan	**24** Kcal 939 Glú 113 Líp 38 Pro 59 1° *Crema de zanahoria 2° *Tortilla francesa con lechuga Postre *Yogur natural Pan	**25** Kcal 733 Glú 72 Líp 26 Pro 42 1° *Sopa de fideo 2° *Muslo de pollo asado en su jugo Postre *Yogur natural Pan
28 Kcal 868 Glú 121 Líp 22 Pro 45 1° *Tallarines blancos 2° *Bacalao al horno con zanahoria Postre *Yogur natural Pan	**29** Kcal 776 Glú 83 Líp 35 Pro 35 1° *Patatas con zanahoria 2° *Hamburguesa de ternera en salsa Postre *Yogur natural Pan	**30** Kcal 900 Glú 139 Líp 20 Pro 48 1° *Arroz blanco 2° *Guisado de ternera en salsa Postre *Yogur natural Pan	**31** Kcal 812 Glú 120 Líp 18 Pro 59 1° *Crema de zanahoria 2° *Merluza al horno Postre *Yogur natural Pan	

RECOMENDACIONES DE CENA

Pasta / Arroz o Legumbres · Hortalizas · Pescado/Huevo · Carne/Huevo · Carne/Pescado · Lácteo · Fruta

902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es

COMIDA CENA