Las Viñas

Febrero 2020

No habas

Tamar RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Kcal 885 Glú 123 Líp 33 Pro 30 1° Lentejas con puerros 2° Empanadillas de atún con ensalada Postre Fruta Pan	**4** Kcal 800 Glú 113 Líp 23 Pro 38 1° Espaguetis a la Boloñesa 2° Bacalao al horno en salsa menier Postre Yogur Pan	**5** Kcal 876 Glú 88 Líp 35 Pro 44 1° Crema de porrusalda 2° Muslo de pollo asado con patatas chips Postre Fruta Pan	**6** Kcal 717 Glú 75 Líp 31 Pro 33 1° Sopa de fideo 2° Escalope de ternera con lechuga Postre Fruta Pan	**7** Kcal 746 Glú 95 Líp 28 Pro 1° Patatas con carne 2° Merluza al horno con pisto Postre Natillas Pan
10 Kcal 920 Glú 123 Líp 37 Pro 47 1° Macarrones con tomate y queso 2° Hamburguesas de ternera con verduras de la huerta Postre Yogur Pan	**11** Kcal 789 Glú 102 Líp 24 Pro 37 1° Garbanzos con arroz 2° Merluza a la romana con ensalada de maiz Postre Fruta Pan	**12** Kcal 770 Glú 83 Líp 39 Pro 24 1° Crema de calabacín 2° Salchichas de pollo al horno con ketchup Postre Yogur bebible Pan	**13** Kcal 813 Glú 100 Líp 18 Pro 67 1° Alubias blancas con verduras 2° Lomo adobado de cerdo con pimientos Postre Fruta Pan	**14** Kcal 790 Glú 91 Líp 35 Pro 1° Guisantes con jamón 2° Tortilla de patata con lechuga Postre Fruta Pan
17 Kcal 808 Glú 106 Líp 23 Pro 50 1° Lentejas con zanahoria 2° Palometa con tomate Postre Fruta Pan	**18** Kcal 824 Glú 102 Líp 40 Pro 18 1° Crema de coliflor 2° San jacobo con ensalada Postre Yogur Pan	**19** Kcal 916 Glú 132 Líp 25 Pro 45 1° Paella 2° Guisado de ternera con champiñones Postre Fruta Pan	**20** Kcal 925 Glú 104 Líp 40 Pro 42 1° Garbanzos con chorizo 2° Bacalao rebozado con mahonesa Postre Fruta Pan	**21** Kcal 837 Glú 92 Líp 32 Pro 1° Marmitako 2° Hamburguesas con lechuga Postre Yogur Pan
24 Kcal 891 Glú 88 Líp 35 Pro 39 1° Tallarines con tomate y bonito 2° Escalope de ternera con ensalada de maíz Postre Fruta Pan	**25** Kcal 708 Glú 80 Líp 31 Pro 28 1° Borraja a la Navarra 2° Tortilla de patata con lechuga Postre Yogur Pan	**26** Kcal 917 Glú 96 Líp 40 Pro 47 1° Alubias rojas con calabaza 2° Trucha fresca al horno con mahonesa Postre Fruta Pan	**27** Kcal 824 Glú 133 Líp 20 Pro 36 1° Arroz con verduras 2° Albóndigas con champiñones Postre Fruta Pan	**28** Kcal 711 Glú 86 Líp 28 Pro 1° Puré de verduras 2° Merluza a la romana con pimientos Postre Yogur Pan

RECOMENDACIONES DE CENA

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

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

31

28

46

31

RECOMENDACIONES DE CENA

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