

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

FESTIVO

FESTIVO

JUDIAS VERDES REHOGADAS

**HAMBURGUESA MIXTAS (burguer meat) CON PATATAS FRUTA Y PAN**  
Green beans with ham  
Burger with fries  
Fruit and bread  
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g  
Cena: salmón al curry c/verduras y puré patata

**ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

White beans with vegetables  
French omelette with salad  
Fruit and bread  
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g  
Cena: pollo al horno con verdura rehogada

**MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN**

Macarroni with tomato and chorizo  
Hake in sauce with carrots  
Fruit and bread  
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g  
Cena: ragú de ternera con guisantes

**PASTA NAPOLITANA**  
ABADEJO SALSA MENIER CON CALABACÍN FRUTA Y PAN  
Napolitana Pasta  
Fish in sauce with zucchini  
Fruit and bread  
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g  
Cena: wrap de tortilla, queso y pavo

**SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN  
Cocido soup  
chickpeas, bacon, veal, and chorizo  
Dairy dessert and bread  
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g  
Cena: gallo a la plancha con ensalada

**LENTEJAS GUIADAS GUIADAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Stewed lentils  
Spanish omelette with salad  
Fruit and bread  
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g  
Cena: pavo al horno con menestra

**PURÉ DE VERDURAS DE LA HUERTA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN**

Vegetables puree  
Roasted ham with potatoes  
Fruit and bread  
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g  
Cena: Sopa de ave y tortilla francesa

**ARROZ CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE Y PIMIENTO MORRÓN FRUTA Y PAN**

Rice with vegetables  
Tuna with tomato and pepper  
Fruit and bread  
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g  
Cena: pollo asado con verduras al vapor

**SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN  
Cocido soup  
chickpeas, bacon, veal, and chorizo  
Fruit and bread  
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g  
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

**PATATAS GUIADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN**

Stewed potatoes with vegetables  
Garlic chicken with carrots  
Dairy dessert and bread  
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g  
Cena: pizza con base de atún y queso

**PASTA CON VERDURAS**

**MERLUZA EN SALSA VERDE CON MENESTRA FRUTA Y PAN**  
Pasta with vegetables  
Biscayan-style hake with bell pepper  
Hake in green sauce with vegetables  
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g  
Cena: guisantes en salsa con magro

**JUDIAS BLANCAS GUIADAS**

**TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**  
White beans with vegetables  
French omelette with salad  
Fruit and bread  
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g  
Cena: emperador al horno con verduras

**GUISANTES REHOGADOS**

**ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y PAN**  
Beans with garlic  
Meatballs with fries  
Fruit and bread  
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g  
Cena: pisto con huevos a la plancha

**ARROZ CON TOMATE**

**BACALAO REBOZADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN**  
Rice with tomato  
Fried cod with fries  
Fruit and bread  
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g  
Cena: sopa de verduras y filete de pavo

**SOPA DE PICADILLO**

**POLLO ASADO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN**  
Soup with meat  
Roasted chicken with fries  
Dairy dessert and bread  
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g  
Cena: hamburguesa de merluza con patatas

**CREMA DE CALABACÍN**

**LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN**  
Zucchini cream  
Roasted ham with potatoes  
Fruit and bread  
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g  
Cena: guisado de rape con verduras

**PAELLA DE VERDURAS**

**HAMBURGUESA DE POLLO (burguer meat) C/VERDURAS FRUTA Y PAN**  
Vegetables paella  
Chicken burger with vegetables  
Fruit and bread  
KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g  
Cena: sopa de verduras y huevos a la portuguesa

**LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Stewed lentils with vegetables  
Spanish omelette with salad  
Fruit and bread  
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g  
Cena: wok de fideos chinos, brocoli y atún

**PASTA CARBONARA**

**PALOMETA CON TOMATE Y PIMIENTO ROJO FRUTA Y PAN**  
Carbonara pasta  
Fish with tomato and red pepper  
Fruit and bread  
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g  
Cena: lacón a la gallega c/puré de calabaza



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

PASTA (s/gluten-huevo) EN SALSA DE PROVENZAL  
ABADEJO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger meat)  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten-huevo) CON TOMATE Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA  
MERLUZA EMPANADA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

11

12

13

14

15

LENTEJAS GUISADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA  
LACON A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
ATUN CON TOMATE Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PATATAS GUISADAS CON VERDURAS  
FILETE DE POLLO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

16

17

18

19

20

PASTA (s/gluten-huevo) CON VERDURAS ASADAS  
MERLUZA A LA JARDINERA  
C/ZANAHORIA Y CALABACIN  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

JUDIAS BLANCAS GUISADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

GUISANTES REHOGADOS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger meat)  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

ARROZ CON TOMATE  
MERLUZA EMPANADA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
POLLO ASADO CON PATATAS VAPOR  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

21

22

23

24

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PAELLA DE VERDURAS  
RAGU DE POLLO ESTOFADO  
CON VERDURAS ASADAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

LENTEJAS GUISADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten-huevo) CON ZANAHORIA Y CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA PROVENZAL  
CON PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g

WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA (s/gluten-huevo) EN SALSA DE PROVENZAL ABADEJO AL AJO ARRIERO CON CALABACIN FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/gluten-huevo) COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

FESTIVO

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS HAMBURGUESA TERNERA (burger meat) CON PATATAS FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten-huevo) CON TOMATE Y ALBAHACA MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA LACON A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS ATUN CON TOMATE Y PIMIENTO MORRON FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/gluten-huevo) COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PATATAS GUIADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ZANAHORIA BABY FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA (s/gluten-huevo) CON VERDURAS ASADAS MERLUZA A LA JARDINERA C/ZANAHORIA Y CALABACIN FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

GUISANTES REHOGADOS HAMBURGUESA TERNERA (burger meat) CON PATATAS FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON TOMATE MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/gluten-huevo) POLLO ASADO CON PATATAS VAPOR FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

□

CREMA DE CALABACIN CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PAELLA DE VERDURAS RAGU DE POLLO ESTOFADO CON VERDURAS ASADAS FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

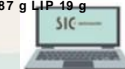
PASTA (s/gluten-huevo) CON ZANAHORIA Y CHAMPINON PALOMETA EN SALSA PROVENZAL CON PIMIENTO ROJO FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

FESTIVO

FESTIVO

JUDIAS VERDES REHOGADAS

**HAMBURGUESA MIXTAS (burguer meat) CON PATATAS FRUTA Y PAN**  
Green beans with ham  
Burger with fries  
Fruit and bread  
KCAL 767 PROT 23g HC 71g LIP 41g

Cena: salmón al curry c/verduras y puré patata

**ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

White beans with vegetables  
French omelette with salad  
Fruit and bread

KCAL 700 PROT 39g HC 56g LIP 32g

Cena: pollo al horno con verdura rehogada

**MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN**

Macarroni with tomato and chorizo  
Hake in sauce with carrots  
Fruit and bread

KCAL 613 PROT 30g HC 85g LIP 22g

Cena: ragú de ternera con guisantes

**PASTA NAPOLITANA**

**ABADEJO SALSA MENIER CON CALABACÍN FRUTA Y PAN**  
Napolitana Pasta  
Fish in sauce with zucchini  
Fruit and bread

KCAL 676 PROT 35g HC 94g LIP 16g

Cena: wrap de tortilla, queso y pavo

**SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**

garbanzos, tocino, morcillo y chorizo  
Cocido soup  
chickpeas, bacon, veal, and chorizo  
Dairy dessert and bread

KCAL 738 PROT 38g HC 82g LIP 26g

Cena: gallo a la plancha con ensalada

**CREMA DE CALABAZA**

**DADOS DE ROSADA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN**  
Pumpkin cream  
Rose dice with salad  
Dairy dessert and bread

KCAL 668 PROT 30g HC 65g LIP 31g

Cena: wok de pollo con brocoli al curry

**LENTEJAS GUISADAS GUISADAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Stewed lentils  
Spanish omelette with salad  
Fruit and bread

KCAL 737 PROT 27g HC 75g LIP 33g

Cena: pavo al horno con menestra

**PURÉ DE VERDURAS DE LA HUERTA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN**

Vegetables puree  
Roasted ham with potatoes  
Fruit and bread

KCAL 648 PROT 33g HC 70g LIP 24g

Cena: Sopa de ave y tortilla francesa

**ARROZ CON VERDURAS**

**ATÚN CON TOMATE Y PIMIENTO MORRÓN FRUTA Y PAN**

Rice with vegetables  
Tuna with tomato and pepper  
Fruit and bread

KCAL 755 PROT 29g HC 98g LIP 26g

Cena: pollo asado con verduras al vapor

**SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO**

garbanzos, tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN  
Cocido soup  
chickpeas, bacon, veal, and chorizo  
Fruit and bread

KCAL 690 PROT 35g HC 76g LIP 24g

Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

**PATATAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN**

Stewed potatoes with vegetables  
Garlic chicken with carrots  
Dairy dessert and bread

KCAL 664 PROT 30g HC 65g LIP 30g

Cena: pizza con base de atún y queso

**PASTA CON VERDURAS**

**MERLUZA EN SALSA VERDE CON MENESTRA FRUTA Y PAN**

Pasta with vegetables  
Biscayan-style hake with bell pepper  
Hake in green sauce with vegetables

KCAL 613 PROT 30g HC 87g LIP 14g

Cena: guisantes en salsa con magro

**JUDIAS BLANCAS GUISADAS**

**TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

White beans with vegetables  
French omelette with salad  
Fruit and bread

KCAL 700 PROT 39g HC 56g LIP 32g

Cena: emperador al horno con verduras

**GUISANTES REHOGADOS**

**ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y PAN**

Beans with garlic  
Meatballs with fries  
Fruit and bread

KCAL 728 PROT 22g HC 68g LIP 40g

Cena: pisto con huevos a la plancha

**ARROZ CON TOMATE**

**BACALAO REBOZADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Rice with tomato  
Fried cod with fries  
Fruit and bread

KCAL 708 PROT 19g HC 106g LIP 22g

Cena: sopa de verduras y filete de pavo

**SOPA DE PICADILLO**

**POLLO ASADO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN**

Soup with meat  
Roasted chicken with fries  
Dairy dessert and bread

KCAL 669 PROT 29g HC 65g LIP 31g

Cena: hamburguesa de merluza con patatas

**CREMA DE CALABACÍN**

**LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN**

Zucchini cream  
Roasted ham with potatoes  
Fruit and bread

KCAL 734 PROT 33g HC 73g LIP 32g

Cena: guisado de rape con verduras

**PAELLA DE VERDURAS**

**HAMBURGUESA DE POLLO (burguer meat) C/VERDURAS FRUTA Y PAN**

Vegetables paella  
Chicken burger with vegetables  
Fruit and bread

KCAL 763 PROT 34g HC 101g LIP 33g

Cena: sopa de verduras y huevos a la portuguesa

**LENTEJAS GUISADAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN**

Stewed lentils with vegetables  
Spanish omelette with salad  
Fruit and bread

KCAL 737 PROT 27g HC 75g LIP 33g

Cena: wok de fideos chinos, brocoli y atún

**PASTA CARBONARA**

**PALOMETA CON TOMATE Y PIMIENTO ROJO FRUTA Y PAN**

Carbonara pasta  
Fish with tomato and red pepper  
Fruit and bread

KCAL 663 PROT 30g HC 87g LIP 19g

Cena: lacón a la gallega c/puré de calabaza



WWW.SICRESTAURACION.COM

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

PASTA AJILLO  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN

3

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN

FESTIVO

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA AL AJILLO  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

16

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURE DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACON A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
MERLUZA AL HORNO  
Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN

23

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

ARROZ REHOGADO  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE AVE CON FIDEOS  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA AL AJILLO  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
ALBONDIGAS MIXTAS (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

30

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

PASTA CARBONARA  
MERLUZA AL HORNO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

□

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g



27

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burger meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

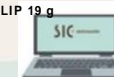
LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

FESTIVO

PASTA NAPOLITANA  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PURE DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACON A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
ATUN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA CON VERDURAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

GUISANTES REHOGADOS  
ALBONDIGAS MIXTAS (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

□

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burger meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

PASTA EN SALSA  
PROVENZAL  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN

3

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos, ternera, patata  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA TERNERA (burguer  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA CON TOMATE  
Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23 g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30 g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURE DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
MERLUZA A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
ATÚN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos, ternera, patata  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
HAMBURGUESA TERNERA (burguer  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE AVE CON FIDEOS  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30 g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 g HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACIN  
MERLUZA AL AJILLO  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burguer meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

□

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA EN SALSA  
PROVENZAL  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos, ternera, patata  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PASTA CON TOMATE  
Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71g LIP 41g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
MERLUZA A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
ATÚN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRÓN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos, ternera, patata  
FRUTA Y PAN

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA CON VERDURAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

GUISANTES REHOGADOS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE CON FIDEOS  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

CREMA DE CALABACÍN  
MERLUZA AL AJILLO  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burger meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

PASTA NAPOLITANA  
 ABADEJO EN SALSA MENIER  
 CON CALABACÍN  
 FRUTA Y PAN

3 SOPA DE COCIDO  
 CON FIDEOS  
 COCIDO COMPLETO  
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
 POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
 HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
 meat) CON PATATAS  
 FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS  
 CON VERDURAS  
 TORTILLA FRANCESA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

MACARRONES CON TOMATE  
 Y CHORIZO  
 MERLUZA EN SALSA MARINERA  
 CON ZANAHORIA  
 FRUTA Y PAN

FESTIVO

10 CREMA DE CALABAZA  
 DADOS DE ROSADA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
 GUIADAS  
 TORTILLA DE PATATA CON  
 ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS  
 DE LA HUERTA  
 LACÓN A LA GALLEGA  
 CON PATATA VAPOR  
 FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
 ATÚN CON TOMATE  
 Y PIMIENTO MORRÓN  
 FRUTA Y PAN

16 SOPA DE COCIDO  
 CON FIDEOS  
 COCIDO COMPLETO  
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
 FRUTA Y PAN

17 PATATAS GUIADAS CON  
 VERDURAS  
 FILETE DE POLLO AL AJILLO  
 CON ZANAHORIA BABY  
 POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20

21

22

23

24

20 PASTA CON VERDURAS  
 MERLUZA EN SALSA VERDE  
 CON MENESTRA  
 FRUTA Y PAN

21 JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
 TORTILLA FRANCESA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

22 GUISANTES REHOGADOS  
 ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer  
 meat) EN SALSA CON PATATAS  
 FRUTA Y PAN

23 ARROZ CON TOMATE  
 BACALAO REBOZADO  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

24 SOPA DE PICADILLO  
 POLLO ASADO CON  
 PATATAS  
 POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

27 CREMA DE CALABACÍN  
 LACÓN A LA GALLEGA  
 CON PATATA VAPOR  
 FRUTA Y PAN

28 PAELLA DE VERDURAS  
 HAMBURGUESA DE POLLO  
 (burguer meat) C/VERDURAS  
 FRUTA Y PAN

29 LENTEJAS GUIADAS  
 CON CHORIZO  
 TORTILLA DE PATATA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

30 PASTA CARBONARA  
 PALOMETA CON TOMATE  
 Y PIMIENTO ROJO  
 FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

PASTA NAPOLITANA  
 ABADEJO EN SALSA MENIER  
 CON CALABACÍN  
 FRUTA Y PAN

3

SOPA DE COCIDO  
 CON FIDEOS  
 COCIDO COMPLETO  
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
 POSTRE LACTEO Y PAN

FESTIVO

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
 HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
 meat) CON PATATAS  
 FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
 CON VERDURAS  
 TORTILLA FRANCESA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

8

MACARRONES CON TOMATE  
 Y CHORIZO  
 MERLUZA EN SALSA MARINERA  
 CON ZANAHORIA  
 FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
 DADOS DE ROSADA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
 GUIADAS  
 TORTILLA DE PATATA CON  
 ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
 DE LA HUERTA  
 LACÓN A LA GALLEGA  
 CON PATATA VAPOR  
 FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
 ATÚN CON TOMATE  
 Y PIMIENTO MORRÓN  
 FRUTA Y PAN

16

SOPA DE COCIDO  
 CON FIDEOS  
 COCIDO COMPLETO  
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
 FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
 VERDURAS  
 FILETE DE POLLO AL AJILLO  
 CON ZANAHORIA BABY  
 POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20

PASTA CON VERDURAS  
 MERLUZA EN SALSA VERDE  
 CON MENESTRA  
 FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
 TORTILLA FRANCESA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
 ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer  
 meat) EN SALSA CON PATATAS  
 FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
 BACALAO REBOZADO  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

24

SOPA DE PICADILLO  
 POLLO ASADO CON  
 PATATAS  
 POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
 LACÓN A LA GALLEGA  
 CON PATATA VAPOR  
 FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
 HAMBURGUESA DE POLLO  
 (burguer meat) C/VERDURAS  
 FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
 CON CHORIZO  
 TORTILLA DE PATATA  
 CON ENSALADA  
 FRUTA Y PAN

30

PASTA CARBONARA  
 PALOMETA CON TOMATE  
 Y PIMIENTO ROJO  
 FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

PASTA (s/gluten-huevo) EN  
SALSA DE PROVENZAL  
ABADEJO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

3

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

FESTIVO

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

7

8

9

PASTA (s/gluten-huevo) CON  
TOMATE Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

10

CREMA DE CALABAZA  
MERLUZA EMPANADA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

FESTIVO

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PURE DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACON A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
ATUN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA (s/gluten-huevo)  
CON VERDURAS ASADAS  
MERLUZA A LA JARDINERA  
C/ZANAHORIA Y CALABACIN  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

GUISANTES REHOGADOS  
HAMBURGUESA TERNERA (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

ARROZ CON TOMATE  
MERLUZA EMPANADA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten-huevo)  
POLLO ASADO CON  
PATATAS VAPOR  
POSTRE LACTEO Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PAELLA DE VERDURAS  
RAGU DE POLLO ESTOFADO  
CON VERDURAS ASADAS  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten-huevo)  
CON ZANAHORIA Y CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA PROVENZAL  
CON PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN  
SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g

[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA NAPOLITANA  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACIN  
FRUTA Y PAN

3 SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

FESTIVO

6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PURE DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACON A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
ATUN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRON  
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA CON VERDURAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

GUISANTES REHOGADOS  
ALBONDIGAS MIXTAS (burguer  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

□

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burguer meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

PASTA NAPOLITANA  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

3

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
Garbanzo, patata, zanahoria  
POSTRE SOJA Y PAN

FESTIVO

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
MERLUZA AL HORNO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
ATÚN CON TOMATE  
Y PIMIENTO, MORRÓN  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
Garbanzo, patata, zanahoria  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
MERLUZA AL HORNO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burger meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA NAPOLITANA

FILETE DE PAVO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PANSOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burger  
meat) CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
FILETE DE PAVO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
FILETE DE CERDO EN SU JUGO  
CON ENSALADA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
RAGÚ DE PAVO CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRÓN  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
MAGRO DE CERDO A LA  
JARDINERA C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger  
meat) A LA JARDINERA  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
F.DE PAVO MARINADO  
CON VERDURAS WOK  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burger meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA CARBONARA  
RAGÚ DE PAVO NE SALS  
PROVENZAL C/PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA NAPOLITANA  
FILETE DE PAVO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
meat)CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
FILETE DE PAVO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
FILETE DE CERDO EN SU JUGO  
CON ENSALADA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
RAGÚ DE PAVO CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRÓN  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE COCIDO  
CON FIDEOS  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
MAGRO DE CERDO A LA  
JARDINERA C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer  
meat) A LA JARDINERA  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
F.DE PAVO MARINADO  
CON VERDURAS WOK  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burguer meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA CARBONARA  
RAGÚ DE PAVO NE SALSA  
PROVENZAL C/PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

PASTA NAPOLITANA  
FILETE DE PAVO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
FILETE DE POLLO AL HORNO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

FESTIVO

6

7

8

9

10

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
meat)CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

MACARRONES CON TOMATE  
Y CHORIZO  
FILETE DE PAVO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
FRUTA Y PAN

FESTIVO

CREMA DE CALABAZA  
FILETE DE CERDO EN SU JUGO  
CON ENSALADA  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

14

15

16

17

LENTEJAS GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS  
RAGÚ DE PAVO CON TOMATE  
Y PIMIENTO, MORRÓN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS  
CINTA DE LOMO AL HORNO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

21

22

23

24

PASTA CON VERDURAS  
MAGRO DE CERDO A LA  
JARDINERA C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

GUISANTES REHOGADOS  
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer  
meat) A LA JARDINERA  
FRUTA Y PAN

ARROZ CON TOMATE  
F.DE PAVO MARINADO  
CON VERDURAS WOK  
FRUTA Y PAN

SOPA DE PICADILLO  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

28

29

30

CREMA DE CALABACÍN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burguer meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑON  
RAGÚ DE PAVO NE SALSA  
PROVENZAL C/PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

PASTA EN SALSA  
PROVENZAL  
JUDIAS VERDES C/PATATA  
Y ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3

SOPA MINSTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
ARROZ CON VERDURAS  
ASADAS  
FRUTA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
CREMA DE CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8

PASTA CON TOMATE  
Y ALBAHACA  
GUISANTES REHOGADOS  
FRUTA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9

GARBANZOS GUIADOS  
CON VERDURAS  
VERDURA SALTEADA  
CON PIMENTÓN  
FRUTA Y PAN

KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10

CREMA DE CALABAZA  
SALTEADO MEDITERRÁNEO  
CON QUINOA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
VERDURA TRICOLOR  
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
QUINOA REHOGADA  
CON JUDÍAS VERDES  
FRUTA Y PAN

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15

ARROZ CON VERDURAS  
BRÓCOLI AL CURRY  
FRUTA Y PAN

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16

SOPA MINSTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
TOFÚ AL AJILLO CON  
ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
COLIFLOR AL AJO ARRIERO  
FRUTA Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
ARROZ CON VERDURAS  
WOK  
FRUTA Y PAN

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22

CREMA DE ZANAHORIA  
GUISANTES SALTEADOS  
CON TOFU  
FRUTA Y PAN

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23

ARROZ CON TOMATE  
SALTEADO CAMPESTRE  
FRUTA Y PAN

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24

SOPA MINSTRONE  
ROLLITOS DE PRIMAVERA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
GARBANZOS CON ARROZ  
AL CURRY  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

28

PAELLA DE VERDURAS  
ACELGAS A LA EXTEMEÑA  
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

29

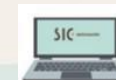
LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
VERDURA TRICOLOR  
FRUTA Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

30

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑÓN  
MENESTRA DE VERDURAS  
FRUTA Y PAN

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

FESTIVO

PASTA EN SALSA  
PROVENZAL  
JUDIAS VERDES C/PATATA  
Y ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

SOPA MINISTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
ARROZ CON VERDURAS  
ASADAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA CON TOMATE  
Y ALBAHACA  
GUISANTES REHOGADOS  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
SALTEADO MEDITERRÁNEO  
CON QUINOA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
QUINOA REHOGADA  
CON JUDÍAS VERDES  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
BRÓCOLI AL CURRY  
FRUTA Y PAN

16

SOPA MINISTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
COLIFLOR AL AJO ARRIERO  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

CREMA DE ZANAHORIA  
GUISANTES SALTEADOS  
CON TOFU  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
SALTEADO CAMPESTRE  
FRUTA Y PAN

24

SOPA MINISTRONE  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
GARBANZOS CON ARROZ  
AL CURRY  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
ACELGAS A LA EXTREMEÑA  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑON  
MENESTRA DE VERDURAS  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32 g

KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

FESTIVO

PASTA EN SALSA  
PROVENZAL  
JUDIAS VERDES C/PATATA  
Y ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

SOPA MINISTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
ARROZ CON VERDURAS  
ASADAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA CON TOMATE  
Y ALBAHACA  
GUISANTES REHOGADOS  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
SALTEADO MEDITERRÁNEO  
CON QUINOA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
QUINOA REHOGADA  
CON JUDÍAS VERDES  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
BRÓCOLI AL CURRY  
FRUTA Y PAN

16

SOPA MINISTRONE  
GARBANZO, PATATA Y  
ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA CON VERDURAS  
COLIFLOR AL AJO ARRIERO  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

CREMA DE ZANAHORIA  
GUISANTES SALTEADOS  
CON TOFU  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
SALTEADO CAMPESTRE  
FRUTA Y PAN

24

SOPA MINISTRONE  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
GARBANZOS CON ARROZ  
AL CURRY  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
ACELGAS A LA EXTREMEÑA  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA EN SALSA ZANAHORIA  
CON CHAMPIÑON  
MENESTRA DE VERDURAS  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

FESTIVO

PASTA (s/gluten- huevo)EN  
SALSA DE PROVENZAL  
ABADEJO SALSA MENIER  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA MIXTAS (burguer  
meat)CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
FILETE DE POLLO MARINADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA (s/gluten- huevo)CON  
TOMATE Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
POSTRE LÁCTEO Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
FILETE DEPAVO AL AJILLO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
ATÚN CON TOMATE  
Y PIMIENTO MORRÓN  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20

PASTA (s/gluten- huevo)  
CON VERDURAS ASADAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
FILETE DE POLLO EN ADOBO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer  
meat) A LA JARDINERA  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
POLLO ASADO CON  
PATATAS VAPOR  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACIN  
CINTA DE LOMO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
HAMBURGUESA DE POLLO  
(burguer meat) C/VERDURAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
FILETE DE CERDO EN SU JUGO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

PASTA (s/gluten- huevo)  
CON ZANAHORIA Y CHAMPINON  
PALOMETA EN SALSA DE  
TOMATE Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

□

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g


[WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

2

3

FESTIVO

PASTA (s/gluten-huevo)EN  
SALSA DE PROVENZAL  
ABADEJO AL AJO ARRIERO  
CON CALABACÍN  
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
RAGÚ DE TERNERA  
ESTOFADO CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

7

ALUBIAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

8

PASTA (s/gluten- huevo)CON  
TOMATE Y ALBAHACA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
CON ZANAHORIA  
FRUTA Y PAN

9

FESTIVO

10

CREMA DE CALABAZA  
DADOS DE ROSADA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13

LENTEJAS GUIADAS  
GUIADAS  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA Y PAN

14

PURÉ DE VERDURAS  
DE LA HUERTA  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

15

ARROZ CON VERDURAS  
MERLUZA AL HORNO  
CON PIMIENTO MORRÓN  
FRUTA Y PAN

16

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
COCIDO COMPLETO  
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo  
FRUTA Y PAN

17

PATATAS GUIADAS CON  
VERDURAS  
FILETE DE POLLO AL AJILLO  
CON ZANAHORIA BABY  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

KCAL648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20

PASTA (s/gluten- huevo)  
CON VERDURAS ASADAS  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON MENESTRA  
FRUTA Y PAN

21

JUDIAS BLANCAS GUIADAS  
TORTILLA FRANCESA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

22

GUISANTES REHOGADOS  
RAGÚ DE TERNERA  
ESTOFADO CON PATATAS  
FRUTA Y PAN

23

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO REBOZADO  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

24

SOPA DE AVE  
CON FIDEOS(s/gluten- huevo)  
POLLO ASADO CON  
PATATAS  
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27

CREMA DE CALABACÍN  
LACÓN A LA GALLEGA  
CON PATATA VAPOR  
FRUTA Y PAN

28

PAELLA DE VERDURAS  
RAGÚ DE POLLO ESTOFADO  
CON VERDURAS ASADAS  
FRUTA Y PAN

29

LENTEJAS GUIADAS  
CON CHORIZO  
TORTILLA DE PATATA  
CON ENSALADA  
FRUTA Y PAN

30

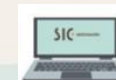
PASTA (s/gluten- huevo)  
CON ZANAHORIA Y CHAMPIÑON  
PALOMETA CON TOMATE  
Y PIMIENTO ROJO  
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



WWW.SICRESTAURACION.COM



Comienza  
con un buen  
**DESAYUNO**

¡Te damos la bienvenida  
a nuestro comedor  
escolar seguro!

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**

Pan, cereales o  
derivados

Leche o  
derivados

Fruta fresca  
y hortalizas



Si hemos Comido:

Cereales, féculas  
o legumbres

Verduras

Carne

Pescado

Huevo

Fruta

Lácteos

Podemos Cenar:

Hortalizas crudas  
o legumbres cocidas

Cereales o féculas

Pescado o huevo

Carne magra o huevo

Pescado o carne magra

Lácteos o fruta

Fruta

1 Estamos preparados para  
garantizar la Seguridad de los niños  
y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos  
nuestros Protocolos de Seguridad y  
Prevención, verificados por Bureau  
• Veritas Certification.



BUREAU  
VERITAS

3

El bienestar de todas las  
familias es nuestra prioridad.

Notas

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

Scolarest