

menú LUNCHBOX

S31

SEMANA DEL 27 AL 31 DE JULIO

PRIMEROS

- | | |
|---|---|
| 1- Gazpacho | 6- Ensalada de pasta BLT
(bacon, lechuga y tomate) |
| 2- Salmorejo | 7- Ensalada fit de mezcla, espinacas,
pasta de lentejas, pollo a la paprika, cherry,
queso feta, aguacate y mix de semillas |
| 3- Crema detox de verduras | 8- Mini poke de pollo ponzu con edamames,
piña, cebolla encurtida y salsa spicy |
| 4- Estofado de garbanzos con chorizo | 9- Gyozas de vegetales con su salsa |
| 5- Ensalada crispy chicken César
(lechuga iceberg, pollo crujiente, queso parmesano,
bacon, croutons y aderezo césar) | 10- Pasta carbonara |

SEGUNDOS

- | | |
|---|--|
| 11- Dorada a la japonesa con vegetales | 16- Albóndigas en pepitoria con arroz |
| 12- Bacalao con fondant de puerro y cebolla
caramelizada con cubitos de patatas | 17- Lomo de cerdo a las finas hierbas con
puré de patatas |
| 13- Veggie albóndigas en salsa pepitoria con
arroz | 18- Presa con mojo rojo y patatas a lo
pobre |
| 14- Pallarda con pesto, peperonata y cubitos
de patatas | 19- Ropa vieja con arroz con zanahoria |
| 15- Pollo asado con hierbas provenzales y
coles de bruselas con alcachofas y guisantes | 20- Bao de ossobuco con pepino y
cebolla encurtida |

VEGETALES DE LA SEMANA

Calabacín, champiñones, zanahorias y calabaza

SEGUNDOS FIJOS

- 54- Fingers de pollo con patatas deluxe y
salsa BBQ
- 55- Secreto con patatas asadas
- 56- Presa con patatas asadas
- 57- Pechuga de pavo con vegetales asados
- 58- Pechuga de pollo con vegetales asados

POSTRES

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 22- Sandía | 28- Banoffee de plátano |
| 23- Mix de frutas | 29- Kit Kat |
| 24- Piña | 30- Danacol |
| 25- Melón | 31- Mini Oreo |
| 26- Plátano | 32- Galletas Digestive |
| 27- Yogur con granola | |

menú LUNCHBOX

s31

SEMANA DEL 27 AL 31 DE JULIO

NOMBRE	ALÉRGENOS	VEGETARIANO	VEGANO	CERDO
Crema detox de verduras	Apio	✓	✓	
Gazpacho	Sulfitos	✓	✓	
Salmorejo	Gluten, Sulfitos	✓	✓	
Garbanzos con espinacas y chorizo	Apio			✓
Ensalada crispy chicken cesar · Aliño César	Gluten, Huevo, Lácteos, Mostaza			✓
Ensalada fit de mézclum, espinacas, pasta de lentejas, pollo a la paprika, cherry, feta, aguacate y mix de semillas · Vinagreta de mostaza y miel	Lácteos, Sésamo			
Ensalada de pasta BLT	Gluten, Huevo, Lácteos			✓
Pasta carbonara	Gluten, Lácteos, Sulfitos			✓
Gyozas vegetales · Salsa ponzu	Gluten, Soja, Sulfitos	✓	✓	
Mini poke de pollo con edamames, piña, cebolla encurtida y salsa spicy	Gluten, Huevo, Soja, Sulfitos			
Albóndigas de pollo en pepitoria · Arroz blanco	Gluten, Huevo, Frutos secos, Apio, Sulfitos			
Bao de ossobuco con pepino y cebolla encurtida	Gluten, Apio, Sulfitos			
Fingers de pollo con salsa BBQ · Patatas fritas deluxe	Gluten, Huevo, Lácteos			
Pallarda con pesto y peperonata · Cubitos de patatas	Lácteos, Frutos secos			
Pallarda de pollo · Vegetales asados (calabacín, champiñones, zanahorias y calabaza)				
Pechuga de pavo a la plancha · Vegetales asados (calabacín, champiñones, zanahorias y calabaza)				
Pollo asado con hierbas provenzales · Coles de bruselas, alcachofas y guisantes				
Presa al mojo rojo · Patatas a lo pobre	Gluten			✓
Veggie albondigas en pepitoria · Arroz blanco	Soja, Sulfitos, Apio, Frutos secos (almendras)	✓		
Lomo de cerdo a las finas hierbas · Puré de patatas	Apio, Sulfitos			✓
Presa a la parrilla · Patatas asadas				✓
Ropa vieja · Arroz con zanahoria	Apio			
Secreto a la brasa · Patatas asadas				✓
Bacalao con fondant de puerro y cebolla caramelizada · Cubitos de patatas	Pescado, Lácteos, Apio, Sulfitos			
Dorada a la japonesa · Vegetales asados (calabacín, champiñones, zanahorias y calabaza)	Gluten, Pescado, Sésamo			
Banoffee de plátano	Gluten, Huevo, Lácteos	✓		
Danacol	Lácteos	✓		
Galletas Digestive	Gluten, Soja	✓	✓	
Kit kat	Gluten, Lácteos	✓		
Melón		✓	✓	
Mini Oreo	Gluten, Soja	✓	✓	
Piña		✓	✓	
Plátano		✓	✓	
Sandía		✓	✓	
Vasito de fruta		✓	✓	
Yogur con granola	Gluten, Lácteos, Frutos secos	✓		