

menú LUNCHBOX

s36

SEMANA DEL 31 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE

PRIMEROS

1- Salmorejo

2- Crema de calabaza

3- Estofado de garbanzos con espinacas
y huevo duro

4- Ensalada de col y zanahoria con pollo,
brócoli, anarcados y vinagreta de yogur

5- Ensalada de súper alimentos
(mézclum, quinoa, granada, nueces, queso
feta y edamame)

6- Ensalada capresa mini con pesto

7- Empanada de atún

8- Gyozas de pollo con su salsa

9- Macarrones con chorizo

SEGUNDOS

10- Pez espada a la siciliana con vegetales
asados

11- Atún teriyaki con noodles

12- Energy bowl

(arroz integral, soja texturizada, guacamole,
pimientos asados, garbanzos aliñados,
calabaza asada, brócoli y salsa de hummus)

13- Daditos de pollo al curry korma con arroz
basmati

14- Parmigiana ligera de pollo con arroz

15- Pollo asado marinado con miel, limón y
romero con vegetales asados

16- Solomillo en salsa de queso azul
gratinado con bie y patatas asadas

17- Picaña de ternera a la brasa en salsa
verde con patatas asadas

18- Pabellón criollo

(plato típico venezolano con carne mechada,
arroz, alubias negras y plátano macho frito)

19- Pulled pork brioche con ensalada de col

VEGETALES DE LA SEMANA

Pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla

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

23- Mix de frutas

24- Piña

25- Melón

26- Plátano

27- Yogur con granola

28- Arroz con leche

29- Kit Kat

30- Danacol

31- Mini Oreo

32- Galletas Digestive

menú LUNCHBOX

s36

SEMANA DEL 31 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE

NOMBRE	ALÉRGENOS	VEGETARIANO	VEGANO	CERDO
Crema de calabaza		✓	✓	
Salmorejo	Gluten, Sulfitos	✓	✓	
Estofado de garbanzos con espinacas y huevo duro	Huevo, Apio	✓		
Ensalada capresa mini con pesto	Frutos secos	✓		
Ensalada de col y zanahoria con pollo, brócoli y anacardos · Vinagreta de yogur	Frutos secos, Lácteos			
Ensalada de súper alimentos · Vinagreta balsámica	Lácteos, Frutos secos, Sulfitos, Mostaza	✓		
Macarrones con chorizo	Gluten			✓
Empanada de atún	Gluten, Huevo, Pescado, Lácteos, Sulfitos			
Gyozas de pollo con salsa casera de ponzu	Gluten, Sésamo, Sulfitos			
Pechuga de pavo a la plancha · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)	-			
Daditos de pollo al curry korma · Arroz basmati	Lácteos/Leche, Sésamo			
Parmigiana ligera de pollo · Arroz blanco	Lácteos			
Pollo asado marinado con miel, limón y romero · Vegetales asados (pimiento,zanahoria, calabacín y cebolla)				
Presa a la parrilla · Patatas asadas	-			✓
Secreto a la brasa · Patatas asadas	-			✓
Picaña de ternera a la brasa en salsa verde · Patatas asadas	Frutos secos			
Solomillo en salsa de queso azul gratinado con brie · Patatas asadas	Lácteos, Sulfitos			✓
Lomo de atún teriyaki · Noodles vermicelli	Gluten, Pescado, Soja			
Pez espada a la siciliana · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)	Sulfitos			
Brioche de pulled pork y en ensalada de col · Patatas chips	Gluten, Huevo, Lácteos, Sulfitos			✓
Pabellón criollo	Huevo, Soja, Lácteos, Apio, Sulfitos			
Veggie energy bowl	Soja	✓	✓	
Danacol	Lácteos	✓		
Galletas Digestive	Gluten, Soja	✓	✓	
Kit kat	Gluten, Lácteos	✓		
Melón	-	✓	✓	
Mini Oreo	Gluten, Soja	✓	✓	
Piña	-	✓	✓	
Plátano	-	✓	✓	
Sandía	-	✓	✓	
Arroz con leche	Lácteos	✓		
Yogur con granola	Gluten, Lácteos, Frutos secos	✓		