

SEMANA DEL 26 AL 30 DE OCTUBRE

PRIMEROS

1- Crema detox de verduras

2- Vichyssoise

3- Alubias a la riojana

4- Ensalada de quinoa y mango con almendras tostadas

5- Ensalada verde que te quiero verde
(mezclum, espárragos, edamame, manzana, aguacate y pipas de calabaza)

6- Ensalada de tomates con crema de burrata, rúcula y pesto

7- Coliflor gratinada con aceite de ajo y guindilla

8- Gyozas de pollo y vegetales con su salsa

9- Pasta en salsa de calabacín con bacon

SEGUNDOS

10- Atún teriyaki con noodles vermicelli

11- Lubina al horno con salsa de cherry ligeramente picante con vegetales

12- Wrap de no-pollo César con patatas chips

13- Pollo satay con brócoli, cherry y boniato

14- Aji de pollo con arroz

15- Muslitos de pollo a la mediterránea con cuscús aliñado

16- Wrap de pollo César crujiente con patatas chips

17- Carrilleras al PX con puré de patatas

18- Albóndigas en salsa casera de tomate con arroz

19- Roast beef al aceto balsámico con vegetales

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

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

S44

SEMANA DEL 26 AL 30 DE OCTUBRE

NOMBRE	ALÉRGENOS	VEGETARIANO	VEGANO	CERDO
Crema detox de verduras	Apio	✓	✓	
Ensalada de tomates con crema de burrata, rúcula y pesto	Lácteos, Frutos secos	✓		
Vichyssoise	Lácteos, Apio	✓		
Alubias a la riojana	Apio, Sulfitos			✓
Ensalada verde que te quiero verde · Vinagreta balsámica	Soja, Mostaza, Sulfitos	✓	✓	
Ensalada de quinoa y mango con almendras tostadas	Frutos secos, Mostaza, Sulfitos	✓	✓	
Pasta en salsa de calabacines y bacon	Gluten, Huevo, Lácteos			✓
Coliflor gratinada con aceite de ajo y guindilla	Lácteos	✓		
AjÍ de pollo · Arroz blanco	Gluten, Huevo, Lácteos, Frutos secos, Apio			
Fingers de pollo con salsa BBQ · Patatas fritas deluxe	Gluten, Huevo, Lácteos			
Muslitos de pollo a la mediterránea · Cuscús	Gluten, Apio			
Pallarda de pollo · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)				
Pechuga de pavo a la plancha · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)				
Pollo en salsa satay · Brócoli, cherry y boniato	Gluten, Cacahuetes, Sésamo			
Albóndigas en salsa de tomate casera · Arroz blanco				✓
Carrilleras al Pedro Ximénez · Puré de patatas	Apio, Sulfitos, Lácteos			✓
Presa a la parrilla · Patatas asadas				✓
Roast beef al aceto balsámico · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)	Lácteos			
Secreto a la brasa · Patatas asadas				✓
Atún teriyaki con sésamo · Noodles vermicelli	Gluten, Pescado, Sésamo, Sulfitos, Soja			
Lubina al horno con salsa de cherry ligeramente picante · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)	Pescado, Sulfitos			
Wrap de pollo César crujiente · Patatas chips	Gluten, Huevo, Lácteos, Mostaza			✓
Wrap de no-pollo César · Patatas chips	Gluten, Huevo, Soja, Lácteos, Mostaza	✓		
Arroz con leche	Lácteos	✓		
Danacol	Lácteos	✓		
Galletas Digestive	Gluten, Soja	✓	✓	
Kit kat	Gluten, Lácteos	✓		
Melón		✓	✓	
Mini Oreo	Gluten, Soja	✓	✓	
Piña		✓	✓	
Plátano		✓	✓	
Vasito de fruta		✓	✓	
Yogur con granola	Gluten, Lácteos, Frutos secos	✓		