menú LUNCHBOX S48

SEMANA DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE

PRIMEROS

1- Crema detox de verduras

2- Crema de calabaza de thanksgiving

3- Lentejas veggie con kale y espinacas

4- Ensalalada ranchera
(mézclum, pollo, cherry, bacon croutons y huevo)

5- Ensalada con queso de cabra, uvas, zanahorias y nueces

6- Ensalada de tabulé de cuscús con tomates, perejil y queso feta

7- Gyozas de pollo y vegetales con su salsa

8- Jacket potato

9- Pasta en salsa de champiñones y cherry

SEGUNDOS

10- Pez espada a la siciliana con vegetales asados

11- Lasaña de atún

12- Tiras de no-carne teriyaki con noodles vermicelli

13- Hamburguesa de pavo con hummus y boniato asado con vinagreta de limón, miel y comino con cebolla encurtida y perejil

14- Pechuga de pavo en salsa de Thanksgiving con coles de bruselas y calabaza asadas con arándanos rojos y pipas de calabaza

15- Pollo en salsa suave de mostaza con patatas asadas

16- Dados de solomillo salteados en salsa teriyaki con arroz basmati

17- Albóndigas al curry madrás con arroz basmati

18- Ternera salteada con jengibre y cebollas caramelizadas con noodles vermicelli

19-Focaccia de mortadella y mozzarella con tomate marinado con pesto y rúcula

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- Cheesecake con frutos rojos

29- Kit Kat

30- Danacol

31- Mini Oreo

32- Galletas Digestive

menú LUNCHBOX

s48

SEMANA DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE

NOMBRE	ALÉRGENOS	VEGETARIANO	VEGANO	CERDO
Crema de calabaza thanksgiving	Lácteos, Apio		✓	
Crema detox de verduras	Apio	✓	✓	
Lentejas veggie con kale y espinacas	Apio	✓	✓	
Ensalada con queso de cabra, uvas, zanahorias y nueces · Vinagreta balsámica	Lácteos, Frutos secos, Mostaza, Sulfitos	✓		
Ensalada ranchera · Vinagreta ranchera	Gluten, Huevo, Lácteos			✓
Ensalada de tabulé de cuscús con tomates, perejil y queso feta · Vinagreta de manzana y mostaza	Gluten, Soja, Lácteos, Mostaza, Sulfitos	✓		
Pasta en salsa de champiñones y cherry	Gluten, Lacteos, Sulfitos	✓		
Jacket potato	Lácteos			✓
Gyozas de pollo y vegetales con salsa ponzu	Gluten, soja,Sésamo, Sulfitos			
Fingers de pollo con salsa BBQ · Patatas fritas deluxe	Gluten, Huevo, Lácteos			
Hamburguesa de pavo con hummus · Boniato asado con vinagreta de limón, miel y comino, cebolla encurtida y perejil	Gluten, Crustáceos, Huevo, pescado, Lácteos, Apio, Mostaza, Sésamo, Sulfitos			
Pallarda de pollo · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacón y cebolla)				
Pechuga de pavo · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacón y cebolla)				
Pechuga de pavo fileteada en salsa de verduras thanksgiving · Coles de Bruselas y calabaza asada con arándanos rojos y pipas de calabaza	Huevo, Apio, Mostaza, Sulfitos			
Pollo en salsa suave de mostaza · Patatas asadas	Huevo, Lacteos, Apio, Mostaza, Sulfitos			
Albóndigas al curry madrás · Arrozbasmati	Lácteos, Apio, Mostaza			✓
Dados de solomillo salteados con salsa teriyaki · Arroz basmati	Gluten, Soja, Sésamo, Sulfitos			✓
Presa a la parrilla · Patatas asadas				✓
Secreto a la brasa · Patatas asadas				✓
Ternera salteada con jengibre y cebollas caramelizadas · Noodles vermicelli	Gluten, Crustáceos, Pescado, Soja, Apio, Sésamo, Sulfitos			
Lasaña de atún	Gluten, Pescado, Lacteos, Apio			
Pez espada a la siciliana · Vegetales asados (pimiento, zanahoria, calabacín y cebolla)	Pescado, Sulfitos			
Focaccia de mortadela y mozzarella, tomate marinado con pesto y rúcula	Gluten, Lácteos, Frutos secos			✓
Tiras de no-carne teriyaki · Noodles vermicelli	Gluten, Soja, Sésamo, Sulfitos	✓	✓	
Galletas Digestive	Gluten, Soja	✓	✓	
Kit kat	Gluten, Lácteos	✓		
Melón		✓	✓	
Mini Oreo	Gluten, Soja	✓	✓	
Piña		✓	✓	
Plátano		✓	✓	
Cheesecake con coulis de furtos rojos	Gluten, Huevo, Lácteos, Sulfitos	✓		
Vasito de fruta		✓	✓	
Yogur con granola	Gluten, Lácteos, Frutos secos	✓		