

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

07

08

09

10

11

14

15

16

17

18

Kcal 751 P. 19  
Lip. 44 H.C. 62

- SOPA DE ESTRELLAS
- TORTILLA ESPAÑOLA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

21

Kcal 569 P. 19  
Lip. 19 H.C. 76

- PURÉ DE PUERRO Y ZANAHORIA
- ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA
- FRUTA FRESCA Y PAN

22

Kcal 477 P. 14  
Lip. 12 H.C. 74

- GARBANZOS GUISADOS
- MERLUZA REBOZADA
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA FRESCA Y PAN

23

Kcal 786 P. 21  
Lip. 31 H.C. 98

- ARROZ RIOJANO
- TORTILLA FRANCESA DE ATÚN
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- LÁCTEO Y PAN

24

Kcal 696 P. 42  
Lip. 28 H.C. 63

- SOPA DE FIDEOS
- POLLO ASADO
- PATATAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

25

Kcal 687 P. 23  
Lip. 17 H.C. 101

- FUSILLIS NAPOLITANA
- SAN JACOBO CASERO
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA FRESCA Y PAN

28

Kcal 927 P. 29  
Lip. 46 H.C. 91

- LENTEJAS HORTELANAS
- TORTILLA ESPAÑOLA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

29

Kcal 725 P. 32  
Lip. 17 H.C. 107

- ARROZ AL HORNO
- FILETE DE ABADAJE EMPANADO
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

30

Kcal 633 P. 35  
Lip. 23 H.C. 65

- SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
- ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
- LÁCTEO Y PAN

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	SUGERENCIA PARA LA CENA
Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescado o huevo
Pescados	Carne o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta

VISITA [www.cuidatey come sano! .com](http://www.cuidateycome sano.com)

Gastronomic™  
ESPECIALISTAS EN ALIMENTACIÓN

HOYCOSA



SALUD Y NUTRICIÓN  
A TU ALCANCE



AL TERMINAR CEPÍLLATE  
LOS DIENTES

LOCAL responsable  
agroecología RICO saludable

Compartimos valores que nos hacen mejores



Una alimentación sana, junto a una adecuada actividad física, es fundamental para nuestra calidad de vida.  
Una alimentación comprometida con el cuidado del medio ambiente es básica para que generaciones futuras vivan en un entorno más limpio y sostenible.  
Siempre que confías en Gastronomic hay detrás un equipo de personas formadas para que comas rico, saludable y de forma responsable.



Proteína  
saludable



Frutas  
y verduras



Granos  
integrales



Gastronomic  
Calle del Arte, 15 · 28033 Madrid  
91 302 02 20



[www.gastronomic.es](http://www.gastronomic.es)