

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03		04		05	Kcal 576 Lip. 19	P. 34 H.C. 56	06	Kcal 595 Lip. 12	P. 25 H.C. 89	07	Kcal 527 Lip. 19	P. 13 H.C. 73
----	--	----	--	----	---------------------	------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	------------------

- BRÓCOLI GRATINADO
- RAGOUT DE TERNERA
- LÁCTEO Y PAN

- CODITOS CON TOMATE
- MERLUZA A LA ROMANA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

- ENSALADA ALEMANA DE PATATAS
- POLLO ASADO AL ROMERO, MIEL Y LIMÓN
- ZANAHORIA BABY
- FRUTA FRESCA Y PAN

10	Kcal 663 Lip. 11	P. 29 H.C. 106	11	Kcal 609 Lip. 10	P. 36 H.C. 91	12	Kcal 773 Lip. 18	P. 38 H.C. 105	13	Kcal 795 Lip. 43	P. 19 H.C. 75	14	
----	---------------------	-------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	-------------------	----	---------------------	------------------	----	--

- MACARRONES A LA ITALIANA
- LACÓN AL HORNO
- PATATA CACHELO
- FRUTA FRESCA Y PAN

- LENTEJAS ECOLÓGICAS GUIADAS
- ABADEJO EMPANADO
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA FRESCA Y PAN

- ARROZ BLANCO CON TOMATE
- ESTOFADO DE AVE
- LÁCTEO Y PAN

- CREMA VICHY
- TORTILLA ESPAÑOLA
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

17	Kcal 642 Lip. 14	P. 23 H.C. 100	18	Kcal 564 Lip. 13	P. 31 H.C. 78	19	Kcal 770 Lip. 25	P. 40 H.C. 93	20	Kcal 728 Lip. 23	P. 21 H.C. 100	21	Kcal 534 Lip. 13	P. 39 H.C. 60
----	---------------------	-------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	-------------------	----	---------------------	------------------

- ENSALADA CÉSAR
- PAELLA VALENCIANA
- FRUTA FRESCA Y PAN

- PATATAS RIOJANAS
- JUREL CON TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

- GARBANZOS REHOGADOS
- JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA
- NATILLAS Y PAN

- ESPIRALES AURORA
- ALBÓNDIGAS EN SALSA
- FRUTA FRESCA Y PAN

- CREMA DE PUERROS
- LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA FRESCA Y PAN

24	Kcal 707 Lip. 17	P. 28 H.C. 105	25	Kcal 501 Lip. 9	P. 13 H.C. 86	26	Kcal 705 Lip. 14	P. 40 H.C. 96	27	Kcal 562 Lip. 25	P. 17 H.C. 61	28	Kcal 697 Lip. 26	P. 29 H.C. 80
----	---------------------	-------------------	----	--------------------	------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	------------------	----	---------------------	------------------

- ARROZ TRES DELICIAS
- BACALADILLAS REBOZADAS
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA FRESCA Y PAN

- SOPA DE ESTRELLAS
- PIZZA CASERA DE JAMÓN Y QUESO
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA FRESCA Y PAN

- PLUMAS NAPOLITANA
- MAGRO ESTOFADO
- LÁCTEO Y PAN

- JUDÍAS VERDES CON PATATAS
- FINGER DE POLLO SIN GLUTEN
- ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
- FRUTA FRESCA Y TOTOPOS

- LENTEJAS HORTELANAS
- FILETE RUSO
- PISTO
- FRUTA FRESCA Y PAN

31	Kcal 918 Lip. 29	P. 34 H.C. 135
----	---------------------	-------------------

- ENSALADA DE PASTA
- PERRITO CALIENTE
- FRUTA FRESCA Y PAN

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

● Este punto indica los platos y días con productos ecológicos certificados o de procedencia agroecológica.



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

AENOR

PROTOCOLO FRENTE AL COVID-19

GB CORPORACION

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