



LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIÉRCOLES
WEDNESDAY



JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

1 **LENTEJAS GUISADAS**
BACALAO EN SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
*Stewed with lentils
Cod in carrot sauce
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 92 LIP.(G) 26,4 E(KCAL) 840
cena: escalope de pollo con patata asada

2 **JUDIAS VERDES REHOGADAS**
CON JAMON
ALBONDIGAS EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Green beans with ham
Meatballs in sauce with fries
Fruit & Bread*
H.C.(G) 63,7 PROT.(G) 20,9 LIP.(G) 51,2 E(KCAL) 816
cena: wok de ternera

3 **PATATAS GUISADAS**
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Stewed potatoes
French omelette with salad
Fruit & bread*
H.C.(G) 67,3 PROT.(G) 26,3 LIP.(G) 34,6 E(KCAL) 698
cena: filete de pavo con calabacin

4 **ARROZ CON**
VERDURAS Y POLLO
MERLUZA AL LIMON
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN
*Rice with vegetables and chicken
Hake in lemon sauce with zucchini
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 41,6 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 736
cena: cinta de lomo con ensalada

7 **MACARRONES ECOLOGICOS**
CON VERDURAS
ABADEJO EN SALSA
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Organic macaroni with vegetables
Fish in sauce with green beans
Fruit & Bread*
H.C.(G) 79,8 PROT.(G) 80,8 LIP.(G) 16,3 E(KCAL) 803
cena: ragu de pavo con zanahoria

8 **SOPA DE ESTRELLAS**
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
*Stars soup
Spanish omelette with salad
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 74,2 PROT.(G) 41,1 LIP.(G) 30,1 E(KCAL) 739
cena: lubina a la plancha con guisantes

9 **ARROZ CON TOMATE**
FILETE DE POLLO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Rice with tomato
Chicken with salad
Fruit & Bread*
H.C.(G) 101 PROT.(G) 15,5 LIP.(G) 28,8 E(KCAL) 745
cena: salteado de verduras con jamón

10 **CREMA DE VERDURAS**
DE LA HUERTA
TERNERA ASADA EN
SALSA CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Vegetables soup
Roast beef in sauce with carrot
Fruit & bread*
H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 15,1 LIP.(G) 25,3 E(KCAL) 608
cena: revuelto de champiñon

11 **JUDIAS BLANCAS**
GUISADAS
EMPANADILLAS DE ATUN
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
*Stewed white beans
Tuna patty with salad
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 69,4 PROT.(G) 51,3 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 801
cena: fajitas de pollo

14 **ARROZ MILANESA**
CINTA DE LOMO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Milanesa Rice
Pork loin with salad
Fruit & Bread*
H.C.(G) 91,6 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 819
cena: wok de pollo con brócoli

15 **LENTEJAS CON VERDURAS**
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
*Lentils with vegetables
Fried fish with salad
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 96,4 PROT.(G) 37,4 LIP.(G) 24,3 E(KCAL) 785
cena: ragu de ternera con patata cocida

16 **MENESTRA DE VERDURAS**
POLLO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Vegetables stew
Chicken in sauce with fries
Fruit & Bread*
H.C.(G) 69,9 PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 30,7 E(KCAL) 737
cena: sardinas a la plancha con pimiento

17 **SOPA DE COCIDO**
COCIDO COMPLETO
banzos, falda de ternera, tocino. ch
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Soup
Chickpeas, beef, chorizo
Fruit & bread*
H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 97,3 LIP.(G) 14 E(KCAL) 853
cena: pinchos morunos con patatas

18 **ESPAGUETIS INTEGRAL**
NAPOLETANA
MERLUZA AL HORNO
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN
*Napolitana spaghetti
Baked hake with zucchini
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 81,9 PROT.(G) 39,5 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 713
cena: filete de pavo plancha con ensalada

COMIDA ESPECIAL

21 **FIDEUA DE VERDURAS**
FIGURITAS DE PESCADO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Vegetables fideua
Fish with salad
Fruit & Bread*
H.C.(G) 96,2 PROT.(G) 36,4 LIP.(G) 24 E(KCAL) 761
cena: pisto con huevo frito

22 **MINI COCKTAIL**
(croquetas v empanadillas)
HAMBURGUESA COMPLETA
CON PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
*Cocktail
Burger with french fries
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 52,5 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 54,7 E(KCAL) 813
cena: dorada al horno con verduritas

23 **GARBANZOS GUISADOS**
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Stewed chickpeas
Spanish omelette with salad
Fruit & Bread*
H.C.(G) 76,8 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 773
cena: crema de calabacin y croquetas jamón

24 **CANELONES DE ESPINACAS**
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
*Spinach cannelloni
Hake in sauce with pepper
Fruit & bread*
H.C.(G) 75,9 PROT.(G) 34,4 LIP.(G) 28,4 E(KCAL) 713
cena: filete de ternera con patata asada

25 **PURE DE ZANAHORIA**
MUSLITOS DE POLLO
AL CURRY CON PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
*Carrot cream
Curry chicken with potatoes
Dairy dessert & Bread*
H.C.(G) 67,6 PROT.(G) 36 LIP.(G) 32,1 E(KCAL) 735
cena: lomo al ajillo con pimiento asado

28 **VACACIONES**
DE
VERANO

29 **VACACIONES**
DE
VERANO

30 **VACACIONES**
DE
VERANO

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGICOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB





LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIÉRCOLES
WEDNESDAY



JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

1 LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
BACALAO EN SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 92 LIP.(G) 26,4 E(KCAL) 840

2 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA VEGETAL
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 63,7 PROT.(G) 20,9 LIP.(G) 51,2 E(KCAL) 816

3 PATATAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 67,3 PROT.(G) 26,3 LIP.(G) 34,6 E(KCAL) 698

4 ARROZ CON
VERDURAS
MERLUZA AL LIMON
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 41,6 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 736

7 MACARRONES ECOLOGICOS
CON VERDURAS
ABADEJO EN SALSA
CON GUISANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 79,8 PROT.(G) 80,8 LIP.(G) 16,3 E(KCAL) 803

8 SOPA VEGETAL
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 74,2 PROT.(G) 41,1 LIP.(G) 30,1 E(KCAL) 739

9 ARROZ CON TOMATE
CROQUETAS DE SETAS
CON BERENJENA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 101 PROT.(G) 15,5 LIP.(G) 28,8 E(KCAL) 745

10 CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
EMPANADILLAS DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 15,1 LIP.(G) 25,3 E(KCAL) 608

11 JUDIAS BLANCAS
CON VERDURAS
MINIROLLITO DE VERDURAS
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 69,4 PROT.(G) 51,3 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 801

14 ARROZ CON CHAMPIÑON
TORTILLA DE PATATA
CON VERDURA ASADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 91,6 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 819

15 LENTEJAS CON VERDURAS
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 96,4 PROT.(G) 37,4 LIP.(G) 24,3 E(KCAL) 785

16 MENESTRA DE VERDURAS
MINIROLLITO DE VERDURAS
CON CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 69,9 PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 30,7 E(KCAL) 737

17 SOPA VEGETAL
COCIDO COMPLETO
carbanzos. zanahoria. patata. repoll
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 97,3 LIP.(G) 14 E(KCAL) 853

18 PASTA CON TOMATE
MERLUZA AL HORNO
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 81,9 PROT.(G) 39,5 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 713

21 FIDEUA DE VERDURAS
FIGURITAS DE PESCADO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 96,2 PROT.(G) 36,4 LIP.(G) 24 E(KCAL) 761

COMIDA ESPECIAL
22 EMPANADILLAS DE ATUN
HAMBURGUESA VEGETAL
CON PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 52,5 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 54,7 E(KCAL) 813

23 GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 76,8 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 773

24 CANELONES DE ESPINACAS
MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,9 PROT.(G) 34,4 LIP.(G) 28,4 E(KCAL) 713

25 PURE DE ZANAHORIA
ROLLITO DE PRIMAVERA
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 67,6 PROT.(G) 36 LIP.(G) 32,1 E(KCAL) 735

28 VACACIONES
DE
VERANO

29 VACACIONES
DE
VERANO

30 VACACIONES
DE
VERANO

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



C.C. PALOMERAS

JUNIO 2021

SIN LEGUMBRE (JUD VERDE) CITRICOS, PESCADO Y FRUTOS SECOS



WWW.SIGRESTAURACION.COM

Clave Web:312603142



LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIERCOLES
WEDNESDAY



JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

1 ARROZ REHOGADO
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 92 LIP.(G) 26,4 E(KCAL) 840

2 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
FILETE DE POLLO A LA PIMIENTA
CON CHAMPINON
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 63,7 PROT.(G) 20,9 LIP.(G) 51,2 E(KCAL) 816

3 PATATAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 67,3 PROT.(G) 26,3 LIP.(G) 34,6 E(KCAL) 698

4 ARROZ CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO FINAS HIERBAS
CON CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 95,8 PROT.(G) 41,6 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 736

7 MACARRONES ECOLOGICOS
CON VERDURAS
MAGRO EN SALSA
CON PIMIENTO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 79,8 PROT.(G) 80,8 LIP.(G) 16,3 E(KCAL) 803

8 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,2 PROT.(G) 41,1 LIP.(G) 30,1 E(KCAL) 739

9 ARROZ REHOGADO
FILETE DE POLLO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 101 PROT.(G) 15,5 LIP.(G) 28,8 E(KCAL) 745

10 CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
PAVO FINAS HIERBAS
CON CHAMPINON
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 77,5 PROT.(G) 15,1 LIP.(G) 25,3 E(KCAL) 608

11 SOPA MINISTRONE
FILETE DE POLLO HORNO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 69,4 PROT.(G) 51,3 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 801

14 ARROZ CON CHAMPIÑON
CINTA DE LOMO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 91,6 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 33,8 E(KCAL) 819

15 PASTA REHOGADA
FILETE DE PAVO AJILLO
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 96,4 PROT.(G) 37,4 LIP.(G) 24,3 E(KCAL) 785

16 CREMA DE ZANAHORIA
POLLO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 69,9 PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 30,7 E(KCAL) 737

17 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
MAGRO EN SALSA
CON ZANAHORIA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 97,3 LIP.(G) 14 E(KCAL) 853

18 PASTA REHOGADA
TORTILLA FRANCESA
CON CALABACIN
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 81,9 PROT.(G) 39,5 LIP.(G) 24,4 E(KCAL) 713

21 FIDEUA DE VERDURAS
FIGURITAS DE PESCADO
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 96,2 PROT.(G) 36,4 LIP.(G) 24 E(KCAL) 761

COMIDA ESPECIAL
22 ARROZ REHOGADO
FILETE DE POLLO AJILLO
CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 52,5 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 54,7 E(KCAL) 813

23 SOPA DE VERDURA
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 76,8 PROT.(G) 26,8 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 773

24 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA AL HORNO
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 75,9 PROT.(G) 34,4 LIP.(G) 28,4 E(KCAL) 713

25 PURE DE ZANAHORIA
MUSLITOS DE POLLO
AL CURRY CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 67,6 PROT.(G) 36 LIP.(G) 32,1 E(KCAL) 735

28 VACACIONES
DE
VERANO

29 VACACIONES
DE
VERANO

30 VACACIONES
DE
VERANO

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB



SIC RESTAURACIÓN