



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

Clave Web: 312603142

LUNES



MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7 LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
Cena: Sopa de ave y tortilla francesa

1 GARBANZOS GUIADOS CON VERDURAS 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g
Cena: gallo a la plancha con patata cocida

8 JUDIAS VERDES A LA PORTUGUESA 10
ATUN REBOZADO CON ENSALADA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g
Cena: ensalada de pollo y arroz

2 PASTA CON TOMATE Y PAVO 7.8
ABADEJO EN SALSA DE VERDURAS CON ZANAHORIA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

9 ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burauer meat cerdo ternera) A LA JARDINERA 1.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g
Cena: emperador con verduras al vapor

3 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10
POLLO AL LIMON CON VERDURAS 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g
Cena: pisto con huevo frito

10 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo y chorizo 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

4 ARROZ MILANESA 1.6
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g
Cena: pizza con base de atún y queso

11 PASTA INTEGRAL CON TOMATE Y QUESO 6.7.8
BACALAO EN SALSA PARMENTIER C/PATATA VAPOR 2.8
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 23 g
Cena: pizza con base de atún y queso

14 PATATAS A LA RIOJANA 10
TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g
Cena: lentejas con quinoa al curry

15 FIDEUA DE VERDURAS Y POLLO 7.8
MERLUZA AL LIMON CON COLIFLOR 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

16 CREMA DE BROCOLI 10
LACON A LA GALLEGA CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 797 PROT 39 g HC 72 g LIP 35 g
Cena: tortilla francesa con verdura juliana

17 ARROZ TRES DELICIAS 7
FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3
FRUTA Y PAN 8
KCAL 720 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g
Cena: merluza a la bilbaina con pimientos

18 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10
DADOS DE ROSADA CON ENSALADA 2.8.1.3.4.11
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g
Cena: lacón a la gallega c/puré de calabaza

21 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CHAMPINON CON VERDURAS ASADAS 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g
Cena: pavo al horno con patatas

22 LENTEJAS ECOLOGICAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
Cena: guisantes en salsa con magro

23 GUISANTES REHOGADOS 10
ALBONDIGAS (burauer meat cerdo ternera) MIXTAS C/PATATAS (SALSA AZUCAR) 1.8.10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g
Cena: palometa con tomate y arroz

24 PASTA NAPOLITANA 7.8
SALMON A LA NARANJA CON ZANAHORIA BABY 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 26 g
Cena: crema de calabaza c/huevo poché

25 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo y chorizo 10
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g
Cena: hamburguesa de merluza con verduras

28 CREMA DE CALABAZA 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

29 PAELLA CON MAGRO
MERLUZA EN SALSA DE NATA CON BROCOLI 2.8.6
FRUTA Y PAN 8
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g
Cena: huevos revueltos con espárragos

30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

31 DIA AMERICANO
MAC AND CHESSE PASTA AL QUESO 7.8.6
POLLO FRITO
POLLO CAJUN 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g
Cena: bacalao al papillote y verdura wok





C.C PALOMERAS

OCTUBRE 2024

MENÚ SIN GLUTEN NI LECHE

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

Clave Web: 312603142

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1 **GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS**
10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g

2 **PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO (s/aluten ni huevo)**
ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA
2

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g

3 **JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS**
10
FILETE DE POLLO C/FRIDADA DE VERDURAS Y PATATAS
10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g

4 **ARROZ CON VERDURAS ASADAS**

TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g

7 **LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS**
10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

8 **JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA**
10
PALOMETA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA VAPOR
2.10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g

9 **ARROZ CON VERDURAS**

HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) C/VERDURAS
1

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g

10 **SOPA DE AVE CON FIDEOS (s/aluten ni huevo)**
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g

11 **PASTA EN SALSA ZANAHORIA Y CHAMPINON (s/aluten ni huevo)**
BACALAO AL AJO ARRIERO CON PATATA VAPOR
2.10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 23 g

14 **PATATAS GUISADAS CON VERDURAS**
10
TORTILLA FRANCESA CON QUESO
6.7

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g

15 **PASTA EN SALSA DE VERDURAS (s/aluten ni huevo)**
MERLUZA CON ZARANGOLLO Y PIMIENTO MORRON
2

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g

16 **CREMA DE BROCOLI**
10
LACON A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR
10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 797 PROT 39 g HC 77 g LIP 35 g

17 **ARROZ CON VERDURAS WOK**

FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA
3

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 770 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g

18 **JUDIAS PINTAS CON VERDURAS**
10
MERLUZA REBOZADA (s/aluten) C/ENSALADA
2.8

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g

21 **ARROZ CON TOMATE**

MERLUZA A LA JARDINERA C/VERDURAS
2

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g

22 **LENTEJAS A LA HORTELANA**
10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

23 **GUISANTES REHOGADOS**
10
HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) ENCEBOLLADA CON PATATA VAPOR
1.10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g

24 **PASTA EN SALSA ALBAHACA (s/aluten ni huevo)**

SALMON MARINADO CON ZANORIA BABY
2

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 26 g

25 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS (s/aluten ni huevo)**
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g

28 **CREMA DE CALABAZA**
10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR
10

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g

29 **PAELLA DE VERDURAS**

MERLUZA A LA MARINERA CON ZANAHORIA
2

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g

30 **ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS**
10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g

31 **PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO (s/aluten ni huevo)**
FINGER DE POLLO SIN GLUTEN CON ENSALADA

FRUTA Y PAN S/GLUTEN
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g

* TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DEL MENÚ PARA CELIACO SON SIN GLUTEN

WWW.SIGRESTAURACION.COM



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

Clave Web: 312603142

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



7
LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
10
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

1
GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS
10
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g

2
PASTA CON TOMATE
Y PAVO
7.8
ABADEJO EN SALSA DE VERDURAS
CON ZANAHORIA
2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g

3
JUDIAS BLANCAS
ESTOFADAS CON VERDURAS
10
POLLO AL LIMON
CON VERDURAS
8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g

4
ARROZ MILANESA
1.6
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
7

POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g

8
JUDIAS VERDES
A LA PORTUGUESA
10
ATUN REBOZADO
CON ENSALADA
2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g

9
ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
(burger meat) C/VERDURAS
1

FRUTA Y PAN 8
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g

10
SOPA DE AVE
CON FIDEOS
7.8.5
COCIDO COMPLETO
garbanzos, patata, ternera
10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g

11
PASTA INTEGRAL CON
TOMATE Y QUESO
6.7.8
BACALAO EN SALSA
PARMENTIER C/PATATA VAPOR
2.8

POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 23 g

14
PATATAS GUIADAS C/VERDURAS
10
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
6.7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g

15
FIDEUA DE VERDURAS Y POLLO
7.8
MERLUZA AL LIMON
CON COLIFLOR
2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g

16
CREMA DE BROCOLI
10
REVUELTO CON FRITADA
DE VERDURAS Y PATATA
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 797 PROT 39 g HC 77 g LIP 35 g

17
ARROZ TRES DELICIAS
7
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON ENSALADA
3

FRUTA Y PAN 8
KCAL 770 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g

18
JUDIAS PINTAS
CON VERDURAS
10
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
2.8.1.3.4.11

POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g

21
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CHAMPINON
CON VERDURAS ASADAS
2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g

22
LENTEJAS A LA HORTELANA
10
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

23
GUISANTES REHOGADOS
10
HAMBURGUESA DE TERNERA
(burger meat) ENCEBOLLADA
CON PATATA VAPOR
1.10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g

24
PASTA EN SALSA ALBAHACA
7.8
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA BABY
2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 26 g

25
SOPA DE AVE
CON FIDEOS
7.8.5
COCIDO COMPLETO
garbanzos, patata, ternera
10

POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g

28
CREMA DE CALABAZA
10
HUEVOS REVUELTOS
CON SALTEADO MEDITERRANEO
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g

29
PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA EN SALSA DE NATA
CON BROCOLI
2.8.6

FRUTA Y PAN 8
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g

30
ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
10
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g

31
DIA AMERICANO
MAC AND CHESSE
PASTA AL QUESO 7.8.6
POLLO FRITO
POLLO CAJUN 8
1

FRUTA Y PAN 8
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g



WWW.SIGRESTAURACION.COM



Clave Web:312603142

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

LUNES



MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g

2 PASTA CON TOMATE Y PAVO 7.8
ABADEJO EN SALSA DE VERDURAS CON ZANAHORIA 2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g

3 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10
POLLO AL LIMON CON VERDURAS 8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g

4 ARROZ CON VERDURAS ASADAS
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7

POSTRE SOJA Y PAN 8.1
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g

7 LENTEJAS GUISADAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

8 JUDIAS VERDES A LA PORTUGUESA 10
ATUN REBOZADO CON ENSALADA 2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g

9 ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat cerdo ternera) A LA JARDINERA 1.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g

10 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g

11 PASTA EN SALSA ZANAHORIA Y CHAMPINON 7.8
BACALAO AL AJO ARRIERO CON PATATA VPOR 2.10

POSTRE SOJA Y PAN 8.1
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 23 g

14 PATATAS A LA RIOJANA 10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g

15 FIDEUA DE VERDURAS Y POLLO 7.8
MERLUZA AL LIMON CON COLIFLOR 2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g

16 CREMA DE BROCOLI 10
LACON A LA GALLEGA CON PATATAS 10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 797 PROT 39 g HC 77 g LIP 35 g

17 ARROZ TRES DELICIAS 7
FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3

FRUTA Y PAN 8
KCAL 770 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g

18 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10
BACALAO REBOZADO CON ENSALADA 2.8

POSTRE SOJA Y PAN 8.1
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g

21 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CHAMPINON CON VERDURAS ASADAS 2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g

22 LENTEJAS ECOLOGICAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

23 GUISANTES REHOGADOS 10
ALBONDIGAS (burger meat cerdo ternera) MIXTAS C/PATATAS (SALSA AZUCAR) 1.8.10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g

24 PASTA NAPOLITANA 7.8
SALMON A LA NARANJA CON ZANAHORIA BABY 2.8

FRUTA Y PAN 8
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 26 g

25 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10

POSTRE SOJA Y PAN 8.1
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g

28 CREMA DE CALABAZA 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS 10

FRUTA Y PAN 8
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g

29 PAELLA CON MAGRO
MERLUZA A LA MARINERA CON ZANAHORIA 2

FRUTA Y PAN 8
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g

30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7

FRUTA Y PAN 8
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g

31 PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO 7.8
POLLO FRITO POLLO CAJUN 8 1

FRUTA Y PAN 8
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g



WWW.SIGRESTAURACION.COM



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

Clave Web: 312603142

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



7 LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

1 GARBANZOS GUIADOS CON VERDURAS 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g

8 JUDIAS VERDES A LA PORTUGUESA 10
ATUN REBOZADO CON ENSALADA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g

2 PASTA CON TOMATE Y PAVO 7.8
ABADEJO EN SALSA DE VERDURAS CON ZANAHORIA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g

9 ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat cerdo ternera) A LA JARDINERA 1.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g

3 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10
POLLO AL LIMON CON VERDURAS 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g

10 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g

4 ARROZ MILANESA 1.6
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g

11 PASTA INTEGRAL CON TOMATE Y QUESO 6.7.8
BACALAO EN SALSA PARMENTIER C/PATATA VAPOR 2.8
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 34 g

14 PATATAS A LA RIOJANA 10
TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g

15 PASTA CON VERDURAS 7.8
MERLUZA AL LIMON CON COLIFLOR 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g

16 CREMA DE BROCOLI 10
LACON A LA GALLEGA CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 797 PROT 39 g HC 77 g LIP 35 g

17 ARROZ TRES DELICIAS 7
FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3
FRUTA Y PAN 8
KCAL 770 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g

18 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10
DADOS DE ROSADA CON ENSALADA 2.8.1.3.4.11
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g

21 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CHAMPINON CON VERDURAS ASADAS 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g

22 LENTEJAS ECOLOGICAS CON CHORIZO 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

23 GUISANTES REHOGADOS 10
ALBONDIGAS (burger meat cerdo ternera) MIXTAS C/PATATAS (SALSA AZUCAR) 1.8.10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g

24 PASTA NAPOLITANA 7.8
SALMON A LA NARANJA CON ZANAHORIA BABY 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 26 g

25 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g

28 CREMA DE CALABAZA 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g

29 PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA EN SALSA DE NATA CON BROCOLI 2.8.6
FRUTA Y PAN 8
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g

30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g

31 DIA AMERICANO
MAC AND CHESSE
PASTA AL QUESO 7.8.6
POLLO FRITO
POLLO CAJUN 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g



WWW.SIGRESTAURACION.COM



Clave Web:312603142

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



7 VERDURA TRICOLOR 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

1 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 47 g HC 78 g LIP 19 g

2 PASTA CON TOMATE Y PAVO 7.8
ABADEJO EN SALSA DE VERDURAS CON ZANAHORIA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 42 g HC 94 g LIP 22 g

3 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10
POLLO AL LIMON CON VERDURAS 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 749 PROT 47 g HC 67 g LIP 28 g

4 ARROZ MILANESA 1.6
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 25 g HC 74 g LIP 34 g

8 JUDIAS VERDES A LA PORTUGUESA 10
ATUN REBOZADO CON ENSALADA 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 636 PROT 19 g HC 67 g LIP 30 g

9 ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat cerdo ternera) A LA JARDINERA 1.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 777 PROT 27 g HC 110 g LIP 24 g

10 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g

11 PASTA INTEGRAL CON TOMATE Y QUESO 6.7.8
BACALAO EN SALSA PARMENTIER C/PATATA VAPOR 2.8
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 739 PROT 43 g HC 87 g LIP 34 g

14 PATATAS A LA RIOJANA 10
TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 771 PROT 40 g HC 61 g LIP 39 g

15 FIDEUA DE VERDURAS Y POLLO 7.8
MERLUZA AL LIMON CON COLIFLOR 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 670 PROT 31 g HC 99 g LIP 14 g

16 CREMA DE BROCOLI 10
LACON A LA GALLEGA CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 797 PROT 39 g HC 77 g LIP 35 g

17 ARROZ TRES DELICIAS 7
FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3
FRUTA Y PAN 8
KCAL 770 PROT 40 g HC 102 g LIP 22 g

18 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10
DADOS DE ROSADA CON ENSALADA 2.8.1.3.4.11
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 715 PROT 40 HC 81 g LIP 21 g

21 ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA CHAMPINON CON VERDURAS ASADAS 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 686 PROT 26 g HC 102 g LIP 18 g

22 VERDURA TRICOLOR 10
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g

23 GUISANTES REHOGADOS 10
ALBONDIGAS (burger meat cerdo ternera) MIXTAS C/PATATAS (SALSA AZUCAR) 1.8.10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 774 PROT 19 g HC 62 g LIP 47 g

24 PASTA NAPOLITANA 7.8
SALMON A LA NARANJA CON ZANAHORIA BABY 2.8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 727 PROT 41 g HC 78 g LIP 22 g

25 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8.5
COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo 10
POSTRE LACTEO Y PAN 8.6
KCAL 820 PROT 44 g HC 88 g LIP 31 g

28 CREMA DE CALABAZA 10
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8
KCAL 667 PROT 33 g HC 71 g LIP 26 g

29 PAELLA CON MAGRO
MERLUZA EN SALSA DE NATA CON BROCOLI 2.8.6
FRUTA Y PAN 8
KCAL 746 PROT 32 g HC 95 g LIP 24 g

30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7
FRUTA Y PAN 8
KCAL 674 PROT 31 g HC 55 g LIP 33 g

31 DIA AMERICANO
MAC AND CHESSE
PASTA AL QUESO 7.8.6
POLLO FRITO
POLLO CAJUN 8
FRUTA Y PAN 8
KCAL 786 PROT 31 g HC 83 g LIP 30 g



WWW.SIGRESTAURACION.COM