CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
PASTAS																		
Ensalada de pasta	257	39	15	20	X				X									
Macarrones boloñesa	405	50	9	6	X				X			X						
Tallarines con verdura y soja	249	56	9	11	X				X		X							
Tallarines carbonara	436	52	14	19	X				X									
Sopa de picadillo	203	21	14	8	X				X									
Sopa cubierta	214	10	18	8	X													
Sopa de fideos	151	26	6	3	X				X				X					
Sopa de ajo	101	12	8	6	X				X									
Sopa de menudillo	181	26	6	3	X				X									
Sopa de novia	226	18	8	4	X				X									

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Sopa maravilla	169	15	7	5	X													
Espaguetis con atún	414	54	13	16	X				X			X						
Canelones	216	30	14	11	X				X		X						X	
Pasta primavera	283	50	9	6	X				X									
ARROCES																		
Arroz a la cubana	433	68	10	13					X									
Arroz con pollo	360	35	33	9														
Arroz al horno	440	51	15	20							X						X	
Arroz con acelgas	325	56	6	9	X				X									
Arroz milanesa	454	47	14	23						X	X						X	
Arroz 3 delicias	348	55	11	9			X			X								

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Paella valenciana	398	54	14	14														
Paella de verdura	325	56	6	9														
Fideuá	365	38	32	16		X		X										
LEGUMBRES																		
Alubias con chorizo	312	34	17	11							X							
Alubias con jamón	195	12	12	10													X	
Alubias con pollo	195	12	12	10														
Alubias con verduras	220	36	18	4														
Guisantes estofados	102	21	12	8														
Lenteja y arroz	311	40	13	11														
Estofado de lentejas	295	39	115	9														

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Ensalada de alubias	312	34	17	11														
Crema de legumbres	234	41	14	1														
Lentejas con chorizo	354	32	25	14	X													
Potaje de alubias	371	40	13	11														
Potaje de garbanzos	311	42	10	7														
Potaje de vigilia	345	45	36	28														
VERDURAS Y HORTALIZAS																		
Crema de calabacín	164	15	4	10								X						
Crema de calabaza	139	14	2	8														
Salteado de judías	98	13	3	1					X									
Crema de verduras	120	14	4	5														

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Guisado de patata y verduras	248	34	8	9								X						
Guisado patata y costillas	248	34	8	9														
Salmorejo	148	22	12	8														
Guisado de patata y carne	164	19	3	8														
Hervido valenciano	93	8	2	4														
Vichyssoise	180	22	4	9								X						
Patatas a la riojana	232	18	9	14														
Patatas a lo pobre	160	16	10	5					X									
Ensalada mixta	134	4	7	10					X									

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Ensalada completa	67	2	3	5		X			X									
Ensalada murciana	120	5	7	11														
Ensaladilla	210	14	8	18					X									
Ensalada valenciana	134	4	7	10					X									
Gazpacho	85	2 8	5	2	X													
Ensalada de jamón y queso	217	3	16	14								X						
CARNES																		
Contramuslo de pollo en salsa	284	8	20	19	X							X						
Albóndigas en salsa	294	11	13	21														
Cocido	442	41	33	16														
Escalopín de lomo	314	12	30	15														

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Pavo con verdura	230	2	6	8														
Pavo con patatas	187	5	20	10														
Magro en salsa	215	4	15	16														
Pollo al horno	300	18	17	18														
Pollo pepitoria	155	2	15	11														
Longanizas con tomate	428	7	26	3 3														
Longanizas con ensalada	428	7	26	3 3														
Hamburguesa y champiñones	155	2	15	11							X							
Hamburguesa con pisto	155	2	19	10							X							
Guisado de costillas	225	10	10	12	X													

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Nuggets pollo	227	19	12	11	X				X									
Lomo con verduras	145	1	14	10														
Lomo con patatas	201	1	14	15														
Jamoncitos de pollo	183	2	17	8														
PESCADO																		
Merluza al horno	118	1	20	6		X		X										X
Merluza en salsa	179	0	20	11		X		X										X
Merluza rebozada	280	12	12	19	X	X		X	X		X	X						X
Calamar rebozado	261	29	8	9	X	X			X		X							X
Albóndigas de bacalao	218	12	15	1	X	X	X		X			X						X
Bacalao con pisto	185	6	17	10		X		X										X

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
Calamar encebollado	261	29	8	9	X	X												
Abadejo en salsa mery	144	2	9	8		X		X									X	X
Cazón a la marinera	201	19	11	9	X	X		X										
Rape en salsa verde	255	8	18	15	X	X		X										X
HUEVOS																		
Tortilla de atún	212	0	15	14		X			X									
Tortilla de espinacas	140	4	8	10		X			X									
Tortilla de patata	215	13	8	15					X			X						
Tortilla de verdura	257	9	11	20					X									
Tortilla francesa	184	8	7	16					X									
Revuelto de champiñones	91	2	6	7					X									

CARTA DE ALÉRGENOS

PLATO	KCAL	HC	P	G	GLUTEN	PESCADO	SULFITOS	CRUSTACEOS	HUEVOS	FRUTOS SECOS	SOJA	LACTEOS	APIO	MOSTAZA	SESAMO	ALTRAMUCES	SULFITOS	MOLUSCOS
OTROS																		
Croquetas de espinacas	167	35	6	2	X						X	X	X					
Croquetas de jamón	167	35	6	2	X						X	X	X					
Croquetas de setas	167	35	6	2	X						X	X	X					
Entremeses	114	18	20	5								X					X	
Fingers pollo																		