



¿Sabías que en Q&S potenciamos los platos fríos y la fruta en la temporada de primavera-verano?



Calidad & Servicio

octubre-18

ALMUERZOS ASPROGRADES bajo en proteínas

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1	2	3	4	5	6	7
REMOJON GRANADINO LOMO ADOBADO A LA PIMIENTA CON PATATAS FRUTA	ENSALADA VERDE PAELLA MIXTA YOGUR DESNATADO	SALMOREJO ncar POLLO EN SALSA CON HORTALIZAS FRUTA	COCIDO DE GARBANZOS TORTILLA DE JUDIAS VERDES FRUTA	MACARRONES CON ATUN ENSALADA TROPICAL FRUTA	PAELLA CON VERDURAS HAMBURGUESA CON ENSALADA VERDE FRUTA	ENSALADA DE PIMIENTO Y TOMATE DELICIAS DE CALAMAR CON MENESTRA FRUTA
8	9	10	11	12	13	14
CAZUELA DE FIDEOS EMBUTIDOS FRUTA	HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS FRUTA	GAZPACHO LOMO AL HORNO CON ARROZ Y ZANAHORIA FRUTA	POTAJE DE ALUBIAS ENSALADA MIXTA FRUTA	ESPIRALES CON TOMATE BACALAO A LA BAEZANA FRUTA	PLATO ALPUJARREÑO_ FRUTA	CREMA DE MELON PECHUGA A LA PLANCHA CON ENSALADA VERDE FRUTA
15	16	17	18	19	20	21
SALMOREJO ncar CROQUETAS Y EMPANADILLA CON MENESTRA FRUTA	ENSALADA DE VERANO TORTILLA DE ESPINACAS YOGUR DESNATADO	MACARRONES CON VERDURAS SALMON ENCEBOLLADO FRUTA	ENSALADA DE ARROZ LOMO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS CALABACIN RELLENO FRUTA	SALTEADO DE JUDIAS PESCADO FRITO CON ENSALADA VERDE FRUTA	ENSALADA TROPICAL MOUSAKA DE BERENJENA FRUTA
22	23	24	25	26	27	28
GAZPACHO JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE FRUTA	COCIDO DE VERDURAS TORTILLA DE ATUN FRUTA	COGOLLOS DE LECHUGA CON AJOS MIGAS CON PESCADO FRUTA	ENSALADILLA RUSA SIN MAYONESA ESCALOPE CON TOMATE ALIÑADO FRUTA	ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS DE POLLO CON SALSA DE TOMATE FRUTA	ENSALADA DE NARANJA FIDEUA DE CALAMARES_ FRUTA	ENSALADA MIXTA PINCHITOS DE POLLO CON PATATAS FRUTA
29	30	31				
HABAS CON JAMON LOMO AL HORNO CON ENSALADA VERDE FRUTA	ENSALADA DE PASTA BACALAO FRITO CON TOMATE YOGUR DESNATADO	LENTEJAS ESTOFADAS PECHUGA DE POLLO CON CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA FRUTA				

Todos nuestros productos pueden contener a nivel de trazas los alérgenos contemplados en el reglamento (CE)1333/2008. Gluten, Crustáceos, Huevo, Pescado, Cacahuets, Soja, Leche, Lactosa, Futos secos, Apio, Mostaza, Sesamo, Sulfitos

Estamos trabajando conjuntamente con la Consultoría Nutricional Cesnut para ofrecerles la máxima calidad dietética en la programación de nuestros menús.

Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con el equipo de dietistas - nutricionistas en info@cesnut.com o directamente con la dirección del centro.

La ración de segundo plato de este menú (pescado, carne, pollo, huevo...) es de 75g/ración

Firmado por: Roser Montané-Directora de Cesnut - D.Nutrición Humana y dietética N° colegiado 0681

En este menú las raciones de carne/pescado/huevo son de 100g

CESNUT
NUTRICIÓN
Consultoría Nutricional