



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



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

1
FESTIVO

2
ARROZ MILANESA
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
Milanesa Rice
Hake in marinera sauce with carrot
Fruit and bread
KCAL 476 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g
Cena: wrap de tortilla, queso y pavo

3
SOPA DE AVE
CON ESTRELLITAS
FILETE DE SAJONIA AL
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
Chicken soup
Baked pork with salad
Dairy dessert and bread
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g
Cena: gallo a la plancha con ensalada

8
MACARRONES INTEGRALES
A LA NAPOLITANA
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
Napolitana arain macaronni
Fish in sauce with salad
Fruit and bread
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g
Cena: pollo al horno con verdura rehogada

9
JUDIAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
White beans with vegetables
French omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g
Cena: salmón al curry c/verduras y puré patata

8
ARROZ CON TOMATE
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
Rice with tomato
Meatballs in sauce with vegetables
Dairy dessert and bread
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g
Cena: merluza en papillote c/menestra

9
FESTIVO

10
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, flocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Dairy dessert and bread
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g
Cena:wok de pollo con brocoli al curry

13
MENU MEDITERRANEO
FIDEUA CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
Vegetables fideua
Hake in orange sauce with salad
Fruit and bread
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g
Cena: pavo al horno con menestra

14
CREMA DE BROCOLI
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y PATATAS
FRUTA Y PAN
Broccoli cream
Turkey sausages with tomato and fries
Fruit and bread
KCAL648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g
Cena:Sopa de ave y tortilla francesa

15
PATATAS GUIADAS
CON CARNE
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
Stewed potatoes with meat
Garlic hake with salad
Dairy dessert and bread
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

16
ARROZ ESPECIADO
POLLO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
Spicy rice
Chicken indian style with vegetables
Fruit and bread
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

17
SOPA DE AVE CON
PASTA
JAMON VILLARROY
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
Chicken soup
Villaroy ham with salad
Dairy dessert and bread
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g
Cena: pizza con base de afún y queso

20
MACARRONES EN SALSA
CON TOMATE Y QUESO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
Macaronni with tomato and cheese
Hake in sauce with salad
Fruit and bread
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g
Cena: guisantes en salsa con magro

21
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
Organic lentils with vegetables
Spanish omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g
Cena: emperador al horno con verduras

22
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
Rice with tomato
Hake with garlic and vegetables
Dairy dessert and bread
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g
Cena: pisto con huevos a la plancha

23
ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
Pumpking cream
Roasted chicken with fries
Fruit and bread
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g
Cena: sopa de verduras y filete de pavo

24
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, flocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Dairy dessert and bread
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g
Cena: hamburguesa de merluza con patatas

27
PATATAS A LA RIOJANA
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
Stewed potatoes
Tuna with tomato and pepper
Fruit and bread
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g
Cena: sopa de verduras y huevos a la portuguesa

28
PASTA CON TOMATE
Y VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
Pasta with tomato and vegetables
French omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g
Cena: guisado de rape con verduras

29
ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burauer
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
Rice with vegetables
Burauer in sauce with fries
Dairy dessert and bread
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g
Cena: wok de fideos chinos, brocoli y afún

30
CREMA DE CALABACIN
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
Zucchini cream
Fried cod with salad
Fruit and bread
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g
Cena:lacón a la gallega c/puré de calabaza





DIVINA PASTORA

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN POLLO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



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

1
FESTIVO

2
ARROZ MILANESA
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3
SOPA DE VERDURAS
CON ESTRELLITAS
FILETE DE SAJONIA AL
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6
MACARRONES INTEGRALES
A LA NAPOLITANA
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

JUDIAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8
ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9
FESTIVO

10
SOPA DE VERDURAS
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13
MENU MEDITERRANEO
FIDEUA CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14
CREMA DE BROCOLI
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON TOMATE Y PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15
PATATAS GUIADAS
CON CARNE
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16
ARROZ ESPECIADO
MAGRO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17
SOPA DE CODILLO
PASTA
JAMON VILLARROY
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20
MACARRONES EN SALSA
CON TOMATE Y QUESO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23
ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24
SOPA DE VERDURAS
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27
PATATAS A LA RIOJANA
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28
PASTA CON TOMATE
Y VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29
ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burauer
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30
CREMA DE CALABACIN
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



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

1
FESTIVO

2
ARROZ MILANESA
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3
SOPA DE AVE
CON ESTRELLITAS
FILETE DE SAJONIA AL
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

MACARRONES INTEGRALES
REHOGADOS CON JAMON
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

JUDIAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 ARROZ AL AJILLO
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9
FESTIVO

10 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 MENU MEDITERRANEO
FIDEUA CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g
Cena: pavo al horno con menestra

14 CREMA DE BROCOLI
SALCHICHAS DE PAVO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g
Cena: Sopa de ave y tortilla francesa

15 PATATAS GUIADAS
CON CARNE
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

16 ARROZ ESPECIADO
POLLO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

17 SOPA DE AVE CON
PASTA
JAMON VILLARROY
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g
Cena: pizza con base de afún y queso

20 MACARRONES CON
QUESO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 ARROZ AL AJILLO
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 PATATAS A LA RIOJANA
ATUN AL HORNO
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PASTA CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA (burauer
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 CREMA DE CALABACIN
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



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

1
FESTIVO

2
ARROZ MILANESA
MERLUZA EN SALSA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3
SOPA DE AVE
C/PASTA (s/huevo-aluten)
FILETE DE POLLO AL HORNO
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6
PASTA (s/huevo-aluten)
AL AJILLO
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

JUDIAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8
ARROZ AL AJILLO
HAMBURGUESA TERNERA (burger
meat) EN SALSA C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9
FESTIVO

10
SOPA DE AVE
C/PASTA (s/huevo-aluten)
COCIDO COMPLETO
garbanzos, morcillo patata
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13
PASTA (s/huevo-aluten)
CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g
Cena: pavo al horno con menestra

14
CREMA DE BROCOLI
SALCHICHAS DE PAVO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g
Cena: Sopa de ave y tortilla francesa

15
PATATAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g
Cena: pollo asado con verduras al vapor

16
ARROZ ESPECIADO
POLLO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

17
SOPA DE AVE
C/PASTA (s/huevo-aluten)
FILETE DE PAVO AL HORNO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g
Cena: pizza con base de afún y queso

20
PASTA (s/huevo-aluten)
QUESO
MERLUZA EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22
ARROZ AL AJILLO
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23
ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24
SOPA DE AVE
C/PASTA (s/huevo-aluten)
COCIDO COMPLETO
garbanzos, morcillo patata
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27
PATATAS A LA RIOJANA
ATUN AL HORNO
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28
PASTA (s/huevo-aluten)
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

29
ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA TERNERA (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30
CREMA DE CALABACIN
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g





DIVINA PASTORA

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN GLUTEN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



* TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DEL MENÚ PARA CELIACO SON SIN GLUTEN. PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALERGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2
ARROZ MILANESA
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
FILETE DE SAJONIA AL
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6
PASTA (s/aluten-huevo)
A LA NAPOLITANA
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

JUDIAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8
ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA TERNERA (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9
FESTIVO

10
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13
PASTA (s/aluten-huevo)
CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14
CREMA DE BROCOLI
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y PATATAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15
PATATAS GUIADAS
CON CARNE
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16
ARROZ ESPECIADO
POLLO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
FILETE DE PAVO AL HORNO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20
PASTA (s/aluten-huevo)
CON TOMATE Y QUESO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23
ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27
PATATAS A LA RIOJANA
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28
PASTA (s/aluten-huevo)
CON TOMATE Y VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29
ARROZ CON VERDURAS
HAMBURGUESA TERNERA (burger
meat) EN SALSA C/PATATAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30
CREMA DE CALABACIN
MERLUZA EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g





DIVINA PASTORA

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN LEGUMBRES

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



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

1
FESTIVO

2
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
FILETE DE SAJONIA AL
HORNO CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6
PASTA (s/aluten-huevo)
A LA NAPOLITANA
ABADEJO EN SALSA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7
PURE DE ZANAHORIA
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8
ARROZ CON TOMATE
MAGRO DE CERDO EN
SALSA CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9
FESTIVO

10
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13
PASTA (s/aluten-huevo)
C/VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14
CREMA DE BROCOLI
FILETE DE PAVO
CON TOMATE Y PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15
PATATAS GUISADAS
CON CARNE
MERLUZA AL AJILLO CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16
ARROZ ESPECIADO
POLLO AL ESTILO HINDU
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
FILETE DE PAVO AL HORNO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20
PASTA (s/aluten-huevo)
CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21
PURE DE ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22
ARROZ CON TOMATE
MERLUZA AL AJO ARRIERO
CON VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23
ACCION DE GRACIAS
CREMA DE CALABAZA
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24
SOPA DE AVE CON FIDEOS
(s/aluten ni huevo)
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27
PATATAS A LA RIOJANA
MERLUZA CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28
PASTA (s/aluten-huevo)
C/TOMATE Y VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29
ARROZ CON VERDURAS
(sin i.verde ni ausantes)
MAGRO DE CERDO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30
CREMA DE CALABACIN
MERLUZA EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g

