

SEMANA 3	ALMUERZO	CENA
LUNES	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B SOPA DE JUDIAS (2-4-13)	So POTAJE DE VERDURA
	C PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	E PASTA A LA CARBONARA (1-3-7)
	D PESCADO A LA GALLEGA (4-12)	F ESCALOPE CASERO DE PESCADO (1-3-4)
	V TORTILLA CASERA ESPAÑOLA (3)	V TOMATES RELLENOS (3-7)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
	OP: SEGUNDO PLATO OPCIONAL	
MARTES	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B CREMA DE LA HUERTA CASERA	So CREMA DE LEGUMBRES (6-3-12)
	C TERNERA A LA PLANCHA	E WOK DE POLLO Y PIMIENTOS (6-10-12)
	D TALLARINES EN SALSA DE ATUN (1-3-4-12)	F PAELLA MARINERA (2-4-12-13)
	V PASTEL CASERO DE VERDURA (1-3-7)	V QUICHÉ VEGETAL (1-3-7-12)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
MIERCOLES	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B WOK DE GUISANTES Y BACON (3-6-12)	So SOPA DEL CHEFF (3-6-12)
	C POLLO A LA CAZADORA (6-10-12)	E ARROZ CALDOSO CON CARNE (12)
	D FOGONERO EN MOJO VERDE (4)	F MERLUZA A LA PORTUGUESA (4-12)
	V VERDURAS AL VAPOR Y MIEL (7)	V CALABACIN RELLENO (7-12)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
JUEVES	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B GUISO MARINERO CANARIO (2-4-13)	So SOPA DE PESCADO (4)
	C BISTEC DE CERDO A LA PLANCHA	E PASTA A LA BOLOÑESA (1-7-12)
	D EMPANADA GALLEGA (1-3-4-7-12)	F CHERNE AL CILANTRO (4-12)
	V PIZZA DE VEGETALES Y TOMATE (1-3-7-12)	V TORTILLA CAMPESINA
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
VIERNES	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B LENTEJAS A LA RIOJANA (12)	So CREMA DE BONIATO Y CHAMPIÑONES (12)
	C ESCALOPE CASERO DE AVE (1-3)	E POLLO AL SALMOREJO
	D MERLUZA A LA BILBAINA (4-12)	F BACALAO A LA CANARIA (4-12)
	V ESPAGUETIS NAPOLITANA AL GRATÉN (1-7-12)	V EMPANADA VEGETAL (1-3-7-12)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
SABADO	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B CREMA DE PUERROS	So VICHYSOISE CALIENTE (7)
	C PASTEL DE JAMON Y VERDURA (1-3-7-12)	E ESCALOPINES DE TERNERA (1-3)
	D CHERNE REBOZADO AL PIMIENTO (1-3-4)	F EMPANADA MARINERA (1-3-4-7)
	V CROQUETAS D ESPINACAS, PIÑONES CON PAPAS FRITAS 1-3-7-8	V REVUELTO DE CHAMPIÑONES (3-12)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)
DOMINGO	A ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)	S ENSALADA DEL CHEFF (3-4-12)
	B CONSOME AL JEREZ (1-3-12)	So SOPA DE FIDEOS Y TERNERA (1)
	C SAN JACOBOS CASEROS (1-3-7)	E ESTOFADO CASERO DE POLLO (12)
	D BROCHETA DE PESCADO (4)	F PASTEL DE PESCADO (1-3-4-7)
	V PIMIENTOS RELLENOS (7-12)	V ARROZ VEGETAL (12)
	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)	OP WOK DE CERDO Y VERDURA (6-10-12)

**TABLA DE ALÉRGENOS**

1. GLUTEN 2. CRUSTÁCEOS 3. HUEVOS 4. PESCADO 5. CACAHUETES 6. SOJA 7. LÁCTEOS 8. FRUTOS DE CÁSCARA 9. APIO 10. MOSTAZA 11. GRANOS DE SÉSAMO 12. DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS 13. MOLUSCOS 14. ALTRAMUCES