

# menú LUNCHBOX

SEMANA DEL 15 AL 19 DE ABRIL



## PRIMEROS


1- CREMA DE CALABACÍN  

2- GAZPACHO  

3- ESTOFADO DE GARBANZOS CON SEPIA  

4- ENSALADA DE LENTEJAS CON VEGETALES ASADOS  
Y VINAGRETA DE LIMÓN  

5- ENSALADA DE COGOLLOS CON PIQUILLO Y BONITO  

6- ENSALADA DE ESPINACAS, QUESO DE CABRA, UVAS Y  
NUECES 

7- QUESADILLAS DE POLLO

8- PASTA ARRABIATA 

## SEGUNDOS

10- ATÚN A LA PLANCHA CON VEGETALES ASADOS  

11- DORADA AL HORNO CON CAPONATA DE CALABAZA  

12- RISOTTO DE QUINOA CON VEGETALES ESTOFADOS   
(queso, nata, nueces, aove, cebolla, brócoli y calabaza)

13- ARROZ A LA CUBANA  

14- AJÍ DE POLLO CON ARROZ

15- ALBÓNDIGAS DE POLLO EN PEPITORIA CON ARROZ 

16- FINGERS DE POLLO CON SALSA BBQ

17- POLLO EN SALSA DE ALMENDRAS Y TALLARINES  
SALTEADOS EN SOJA 


18- CHICKEN SHAWARMA  
(pollo, hummus, tomate, pepino, lechuga y salsa de yogur y menta)

19- ESTOFADO DE TERNERA CON TOQUE DE MOSTAZA  
ANTIGUA CON PATATAS Y CHAMPIÑONES  

20- PICAÑA EN SALSA DE OPORTO CON VEGETALES  
ASADOS 

21- ROAST BEEF DE PICAÑA CON VEGETALES ASADOS  

## PLATOS FIJOS

55- SECRETO A LA BRASA CON PATATAS ASADAS  

56- PLUMA IBÉRICA CON PATATAS ASADAS  

57- PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VEGETALES  

58- PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON VEGETALES  
ASADOS  

## POSTRES

22- MANDARINA 27- YOGUR CON GRANOLA

23- VASITO DE FRUTA 28- COOKIE CON CHIPS DE

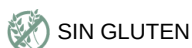
VARIADA CHOCOLATE

24- PIÑA 29- KIT KAT

25- MELÓN 30- DANACOL

31- OREO

26- PLÁTANO 32- GALLETAS DIGESTIVE



SIN GLUTEN



SIN LACTOSA