

Febrero -pescado-

Precio del menú: 10,95 € o 10,45 € si traes tus envases

Oferta mes: 9,7€ /día (de lunes a viernes)

Oferta semana: 10,10€ /día (de lunes a viernes)



Lunes 2	Potaje de lentejas + Verduras estofadas con huevo duro y papas
Martes 3	Ensalada verde con cherrys y anchoas + Paella de pescadito
Miércoles 4	Crema de verduras de temporada + Burguer vegetal con quinoa y verduras en salsa de curry suave
Jueves 5	Ensalada verde con apio, manzana y nueces +Pastel de alubias rojas con costra de papas al romero
Viernes 6	Ceviche de garbanzos + Macarrones con salmón y espinacas

Lunes 9	Potaje de alubias pintas + Quinoa salteada con verduras y tofu
Martes 10	Ensalada de berros con naranja y anacardos + Merluza en salsa de piquillo con papas y verduras
Miércoles 11	Salmorejo de remolacha con huevo duro + Albóndigas vegetales de lentejas en salsa de tomate con arroz integral y verduras
Jueves 12	Crema de verduras de temporada + Filetes de seitán en salsa de sésamo con trigo sarraceno y brócoli
Viernes 13	Sopa de tomate con lentejas+ Espirales al pesto con verduras asadas y queso

Lunes 16	Potaje de garbanzos con habichuelas y calabaza + Arroz integral con verduras, huevo frito y pimiento
Martes 17	Ensalada verde con mandarina y alcaparras + Pescado a la plancha con papas, verduras salteadas y mojo
Miércoles 18	Crema de verduras de temporada + Tortilla de verduras con mini ensalada de millo
Jueves 19	Ensalada de col fermentada + Hamburguesas de champiñones en salsa de zanahoria y jengibre con cous cous
Viernes 20	Crema de lentejas rojas + Lasaña de verduras y gorgonzola

Lunes 23	Fabada vegetariana + Quinoa con verduritas y champiñones
Martes 24	Ensalada de rúcula con cherrys, queso y aceitunas negras + Pescado a la plancha con ensalada de pasta
Miércoles 25	Sopa de verduras con fideos + Huevos con pisto y papas al horno
Jueves 26	Crema de verduras de temporada + Estofado de guisantes con arroz
Viernes 27	Ensalada de edamame y col + Fideos chinos con setas y tofu

Avd, del Cabildo, 56. Telde



621276069