



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN PESCADO NI MARISCO FEBRUARY WITHOUT FISH AND SELLFISH MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón y queso / Pasta with cheese and ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Pollo al limón con ensalada / Lemon chicken with salad	Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad	Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous	Lomo al horno con pisto / Baked pork with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido / Cocido soup
Pavo a la naranja con patata / Baked turkey with potato	Huevos cocidos con tomate / Baked eggs with tomato	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Fideuá de verduras / Vegetables fideua	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Lacón en salsa verde con patata / Green sauce pork with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Pollo con pisto / Chicken with ratatouille
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral boloñesa / Pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille	Pavo en salsa con arroz / Turkey in sauce with rice
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN LECHE FEBRUARY WITHOUT MILK

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón / Pasta with ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad	Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido / Cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Huevos cocidos con tomate / Baked eggs with tomato	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Fideuá de verduras / Vegetables fideua	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Delicias de bacalao con pisto / Cod delighths with ratatouille
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral boloñesa / Pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN HUEVO FEBRUARY WITHOUT EGG MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta sin huevo con jamón y queso / Pasta with cheese and ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Pasta sin huevo con tomate / Whole wheat pasta with tomato Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido sin huevo / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Pasta sin huevo con verduras / Pasta sauteed with vegetables Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta sin huevo boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN GLUTEN FEBRUARY GLUTEN FREE MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta sin gluten con jamón y queso / Gluten free pasta with cheese and ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad	Albóndigas en salsa de tomate con arroz / Meatballs in tomato sauce with rice	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta sin gluten con tomate / Gluten free pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido sin gluten / Gluten free cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Huevos cocidos con tomate / Baked eggs with tomato	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan sin gluten / gelatine, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Pasta sin gluten salteada con verduras / Gluten free pasta with vegetables	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con arroz / Veal stew with rice	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
23	24	25	26	27
Pasta sin gluten boloñesa / Gluten free pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread

ARTESANIA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN FRUTOS SECOS FEBRUARY WITHOUT NUTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón y queso / Pasta with cheese and ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato Huevos villaroy con ensalada / Villarrooy eggs with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN LECHE NI HUEVO FEBRUARY WITHOUT MILK AND EGG MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón / Pasta with ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta sin huevo con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido sin huevo / Cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Pasta sin huevo con verduras / Pasta sauteed with vegetables	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta sin huevo boloñesa / Pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS FEBRUARY WITHOUT EGG AND NUTS MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta sin huevo con jamón y queso / Pasta with cheese and ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta sin huevo con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido sin huevo / Cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Pasta sin huevo con verduras / Pasta sauteed with vegetables	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta sin huevo boloñesa / Pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN GLUTEN NI FRUTOS SECOS FEBRUARY WITHOUT NUTS AND GLUTEN FREE MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta sin gluten con jamón y queso / Gluten free pasta with cheese and ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad	Albóndigas en salsa de tomate con arroz / Meatballs in tomato sauce with rice	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta sin gluten con tomate / Gluten free pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido sin gluten / Gluten free cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Huevos cocidos con tomate / Baked eggs with tomato	Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew
Gelatina, pan sin gluten / gelatine, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Pasta sin gluten salteada con verduras / Gluten free pasta with vegetables	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Ternera estofada con arroz / Veal stew with rice	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread
23	24	25	26	27
Pasta sin gluten boloñesa / Gluten free pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion
Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread	Fruta de temporada, leche y pan sin gluten / Fruit, milk, gluten free bread

ARTESANIA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN FRUTOS SECOS Y TOMATE NATURAL FEBRUARY WITHOUT NUTS AND NATURAL TOMATO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón y queso / Pasta with cheese and ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato Huevos villaroy con ensalada / Villarrooy eggs with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN LECHE, BERENJENA Y TOMATE NATURAL FEBRUARY WITHOUT MILK, EGGPLANT AND TOMATO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón / Pasta with ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato Huevos cocidos con tomate / Baked eggs with tomato Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN CARNE ROJA FEBRUARY WITHOUT RED MEAT

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con pavo y queso / Pasta with cheese and ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas de pollo en salsa de tomate con cous cous / Chicken meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato Huevos villaroy con ensalada / Villarroy eggs with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pavo con patata / Turkey with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con pavo / Green beans sauteed with turkey Pollo con cous cous / Chicken with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral con tomate / Pasta in tomato sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Pavo con ensalada / Turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN SAL NI PROCESADOS FEBRUARY WITHOUT SALT MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con verduras / Pasta with vegetables Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas caseras en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Pasta integral con verduras / Whole wheat pasta with vegetables Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con verduras / Rice with vegetables Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with jam Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral con verduras / Pasta in vegetables Pavo con ensalada / Turkey with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN PRODUCTOS INTEGRALES FEBRUARY WITHOUT WHOLE PRODUCTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta con jamón y queso / Pasta with cheese and ham Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Pasta con tomate / pasta with tomato Huevos villaroy con ensalada / Villarray eggs with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Sopa de cocido / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Fideuá de verduras / Vegetables fideua Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Delicias de bacalao con pisto / Cod delights with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread
23	24	25	26	27
Pasta boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada, leche y pan integral / Fruit, milk, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatouille Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice Fruta de temporada, leche y pan / Fruit, milk, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN HUEVO, LECHE, PESCADO, FRUTOS SECOS FEBRUARY WITHOUT MILK, EGGS, FISH AND NUTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón / Pasta with ham Pollo al limón con ensalada / Lemon chicken with salad Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic Albóndigas en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables Lomo al horno con pisto / Baked pork with ratatouille Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Crema de zanahoria / Carrot puree Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion Pavo a la naranja con patata / Baked turkey with potato Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Pasta sin huevo con tomate / Whole wheat pasta with tomato Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Lacón a la gallega con patata / Galician - style ham hock Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Sopa de cocido sin huevo / Cocido soup Cocido completo / Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic Lacón en salsa verde con patata / Green sauce pork with potato Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Pasta sin huevo con verduras / Pasta sauteed with vegetables Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice Pollo con pisto / Chicken with ratatouille Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta sin huevo boloñesa / Pasta in bolognese sauce Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with rice Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Crema de verduras / Vegetables cream Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Paella de verduras / Vegetables paella Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Brocoli rehogado con cebolla / Broccoli sauteed with onion Pavo en salsa con arroz / Turkey in sauce with rice Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



FEBRERO MENU SIN LECHE,SOJA,HUEVO,F. SECO, CRUSTACEOS Y MOLUSCOS, LEGUMBRE(si j. blanca y verde), APIO NI MOSTAZA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con jamón / Pasta with ham	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Albóndigas caseras en salsa de tomate con cous cous / Meatballs in tomato sauce with cous cous	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatulle	Pavo al horno con patata / Baked turkey with salad
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta sin huevo con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido sin huevo / Cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Pavo con ensalada / turkey with salad	Lacón a la gallega con patata / Galician -style ham hock	Pollo guisado con zanahoria baby / Stewed chicken with salad	Cocido sin garbanzo / meat and cabbage stew
Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Pasta sin huevo con verduras / Pasta sauteed with vegetables	Patatas estofados con verduras / Stewed potatoes with vegetables
Ternera estofada con cous cous / Veal stew with cous cous	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Pavo en salsa con ensalada / Turkey in sauce with salad	Delicias de bacalao con pisto / Cod delighths with ratatulle
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta sin huevo boloñesa / Pasta in bolognese sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Patatas estofados con verduras / Stewed potatoes with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion
Pavo con ensalada / turkey with salad	Pollo al horno con patata / Roasted chicken with potato	Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

FEBRERO MENU SIN CARNE, LACTEOS, NO FRITOS, AZUCARES NI SALSAS INDUSTRIALES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con verduras / Pasta with verduras	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Merluza al limón con ensalada / Lemon hake with salad	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Albóndigas veganas de tomate con cous cous / Vegan meatballs in tomato sauce with cous cous	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatulle	Seitán especiado con patata / spiced seitan with salad
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta integral con verduras / Whole wheat pasta with vegetables	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con verduras / Rice with vegetables	Sopa de cocido / Cocido soup
Salmón a la naranja con patata / Baked salmon with potato	Huevos cocidos con tomate natural/ Baked eggs with natural tomato	Hamburguesa vegana con patata / Vegan burger with patata	Tacos de legumbre con zanahoria baby / Legume tacos with carrot	Cocido sin carne / Chickpeas and cabbage stew
Gelatina, pan integral / Gelatine, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Fideuá de verduras / Vegetables fideua	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Albóndigas veganas con cous cous / Vegan meatballs with cous cous	Tortilla de patata con ensalada / Potato omelet with salad	Tilapia en salsa verde con patata / Green sauce tilapia with potato	Hamburguesa vegana con ensalada / Vegan burger with salad	Bacalao al horno con pisto / Baked cod with ratatulle
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral con verduras / Pasta in vegetables	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion
Tacos de legumbre con ensalada / Legume tacos with salad	Seitán especiado con patata / Spiced seitan with potato	Tofu especiado con ensalada / Grilled tofu with salad	Huevos cocidos con pisto / Boiled eggs with ratatulle	Salmón en salsa con arroz / bSalmon in sauce with rice
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

FEBRERO MENU VEGANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta integral con tomate / Pasta with ham	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón / Green beans sauteed with garlic	Arroz salteado con verdura / Rice with vegetables	Crema de zanahoria / Carrot puree
Tofu al limón con ensalada / Lemon tofu with salad	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Albóndigas veganas de tomate con cous cous / Vegan meatballs in tomato sauce with cous cous	Hamburguesa vegana con pisto / Vegan burger with ratatulle	Seitán especiado con patata / spiced seitan with potato
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
9	10	11	12	13
Brócoli rehogado con cebolla / Sauteed broccoli with onion	Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato	Crema de verduras / Vegetables cream	Arroz ecológico con tomate / Rice with tomato	Sopa de cocido / Cocido soup
Tofu a la naranja con patata / Tofu with potato	Seitán especiado con ensalada / spiced seitan with salad	Hamburguesa vegana con patata / Vegan burger with patata	Tacos de legumbre con zanahoria baby / Legume tacos with carrot	Cocido sin carne / Chickpeas and cabbage stew
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
16	17	18	19	20
Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stewed with vegetables	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Cauliflower sauteed with garlic	Fideuá de verduras / Vegetables fideua	Judías pintas con arroz integral / Pinto beans with rice
Albóndigas veganas con cous cous / Vegan meatballs with cous cous	Rosti patata con ensalada / Potato rosti with salad	Tacos de legumbre con patata / Legume tacos with potato	Hamburguesa vegana con ensalada / Vegan burger with salad	Tofu rebozado con pisto / Breaded tofu with ratatulle
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread
23	24	25	26	27
Pasta integral con tomate / Pasta in tomato sauce	Crema de verduras / Vegetables cream	Paella de verduras / Vegetables paella	Garbanzos estofados con verduras / Stewed chickpeas with vegetables	Brocoli rehogado con cebolla / Brocoli sauteed with onion
Tacos de legumbre con ensalada / Legume tacos with salad	Seitán especiado con patata / Spiced seitan with potato	Tofu especiado con ensalada / Grilled tofu with salad	Rosti de patata con pisto / Potato rosti with ratatulle	Seitán en salsa con arroz / Seitan in sauce with rice
Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan integral / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread	Fruta de temporada y pan / Fruit, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes