

FEBRERO

MENÚ NOCHE -LUNES-

PRIMEROS:

Crema de champiñones y cilantro. 

Cebolla*, puerro*, patata, champiñones, cilantro y aceite de oliva.

Taboulé de bulgur de trigo con verduritas, azukis y hierbabuena. 

Bulgur*, azukis*, pepino*, cebolla morada*, pimientos*, tomate, hierbabuena*, aceite de oliva* y rabanitos*.
Servido en corona de hojitas de cogollos y aliño de limón con aceitunas verdes.

SEGUNDOS:

Canelones de brócoli con nueces y queso fresco, gratinados al horno con bechamel ligera.

Pasta de canelones, brócoli*, queso fresco, nueces*, leche*, aceite de oliva* y nuez moscada.
Servido sobre salsa de tomate a las finas hierbas.

Delicia de tofu en papillote sobre patata panadera. 

(suplemento 2,20 e.)

Tofu*, pimientos*, cebolla roja*, tomate, orégano*, ajo*, aceite de oliva*, pimentón dulce, patata y vino blanco*.

-Algunos platos son especiales en su elaboración, en los ingredientes biológicos y/o en su equilibrio nutricional; por ello tienen un suplemento.

-Incluye aceite de oliva virgen extra, shoyu, sal de hierbas y pan integral de levadura madre.

*Ingredientes procedentes de la agricultura ecológica.

 Plato Vegano.

12,00e. IVA incluido.

FEBRERO

MENÚ NOCHE -MARTES-

PRIMEROS

Crema de patatas con cacahuete y jengibre. 

Cebolla, apio*, puerro*, jengibre*, patata*, leche de soja*, cacahuete*, aceite de oliva* y alga kombu*.

Ensalada de mozzarella empanada sobre lecho de patata panadera y ali-oli vegetal.

Mozzarella, harina*, huevo*, pan rallado*, tomate, patata, cebolla, aceite de oliva*, ali-oli vegetal* y escarola frisé*.

SEGUNDOS:

Arroz tres delicias con salchicha de tofu.

Arroz integral*, zanahoria*, guisantes, maíz dulce*, huevo*, salchicha de tofu* y aceite de oliva*.

Filetes de seitán al horno con cebolla. 

(suplemento 2,20 e.)

Seitán*, cebolla, vino blanco*, laurel*, perejil*, aceite de oliva* y ajo*.

Servido con gajos de brócoli al vapor.

-Algunos platos son especiales en su elaboración, en los ingredientes biológicos y/o en su equilibrio nutricional; por ello tienen un suplemento.

-Incluye aceite de oliva virgen extra, shoyu, sal de hierbas y pan integral de levadura madre.

*Ingredientes procedentes de la agricultura ecológica.

 Plato Vegano.

12,00e. IVA incluido.

FEBRERO

MENÚ NOCHE -MIÉRCOLES-

PRIMEROS:

Crema de lombarda con tomate.

Cebolla, apio*, puerro*, patata, tomate*, kombu, lombarda* y aceite de oliva*.

Ensalada templada de verduras en escabeche.

Hojas verdes, setas de cardo*, cebolla, zanahoria*, raíz de hinojo*, aceite vegetal, hierbas frescas* y vinagre de arroz*.

SEGUNDOS:

Salteado de repollo agridulce con castañas.

Cebolla, manzana granny*, repollo*, uvas pasas*, limón*, salsa de soja*, vinagre de arroz*, castañas* y aceite de oliva*.

Sazón de tempeh frito.

(suplemento 2,20 e.)

Tempeh*, patata, olivas*, tomatitos cherry*, aceite de perejil* y pimentón dulce*.
Servido con bouquet de hojas verdes

-Algunos platos son especiales en su elaboración, en los ingredientes biológicos y/o en su equilibrio nutricional; por ello tienen un suplemento.

-Incluye aceite de oliva virgen extra, shoyu, sal de hierbas y pan integral de levadura madre.

*Ingredientes procedentes de la agricultura ecológica.

 Plato Vegano.

12,00e. IVA incluido.

FEBRERO

MENÚ NOCHE -JUEVES-

PRIMEROS

Crema de calabacín con manzana. 

Cebolla, apio*, puerro*, patata, calabacín*, manzana*, aceite de oliva* y albahaca*.

Ensalada de brócoli y nueces. 

Hojas verdes, brócoli*, nueces*, tomate*, maíz dulce y zanahoria*.
Aliñado con lactonesa de perejil*.

SEGUNDOS:

Paella de verduras. 

Arroz de calasparra*, cebolla, apio*, puerro*, judías verdes*, tomate, guisantes*, aceite de ajo* y pimentón dulce.

Escalopines de soja a la parrilla.  (suplemento 2,20 e.)

Servidos con salsa de hongos al romero, puré de zanahoria y gomasio.

-Algunos platos son especiales en su elaboración, en los ingredientes biológicos y/o en su equilibrio nutricional; por ello tienen un suplemento.

-Incluye aceite de oliva virgen extra, shoyu, sal de hierbas y pan integral de levadura madre.

*Ingredientes procedentes de la agricultura ecológica.

 Plato Vegano.

12,00e. IVA incluido.

FEBRERO

MENÚ CENA -VIERNES-

PRIMEROS:

Crema de puerro al estragón con leche de almendra. 

Puerro*, estragón*, patata, leche de almendra* y aceite de oliva*.

Ensalada de queso de cabra a la parrilla.

Hojas verdes, cebolleta*, tomate*, daykon, maíz dulce, olivas*, pepino* y queso de cabra*.

Carbanzos con boletus edulis. 

Carbanzos*, cebolla, apio*, puerro*, zanahoria*, boletus*, nabo*, tomate*, aceite de oliva* y pimentón dulce.

SEGUNDOS:

Revuelto de huevos de corral con bambú a la sidra.

Huevo de corral*, cebolla, bambú*, aceite de oliva* y salsa de soja.

Servido con patatas cerilla.

Wok de verduras. 

Verduras al wok*, semillas de sésamo* y teriyaki*.

Servido con arroz basmati.

Fricadel de tempeh con salsa de mostaza a la lima. 

(suplemento 2,20 e.)

Tempeh*, calabacín*, zanahoria*, avena*, shoyu*, comino*, nuez moscada*, lima* y mostaza*.

Servido con puré de yuca al perejil y hojas verdes.

-Algunos platos son especiales en su elaboración, en los ingredientes biológicos y/o en su equilibrio nutricional; por ello tienen un suplemento.

-Incluye aceite de oliva virgen extra, shoyu, sal de hierbas y pan integral de levadura madre.

*Ingredientes procedentes de la agricultura ecológica.

 Plato Vegano.

15,75e. IVA incluido.