

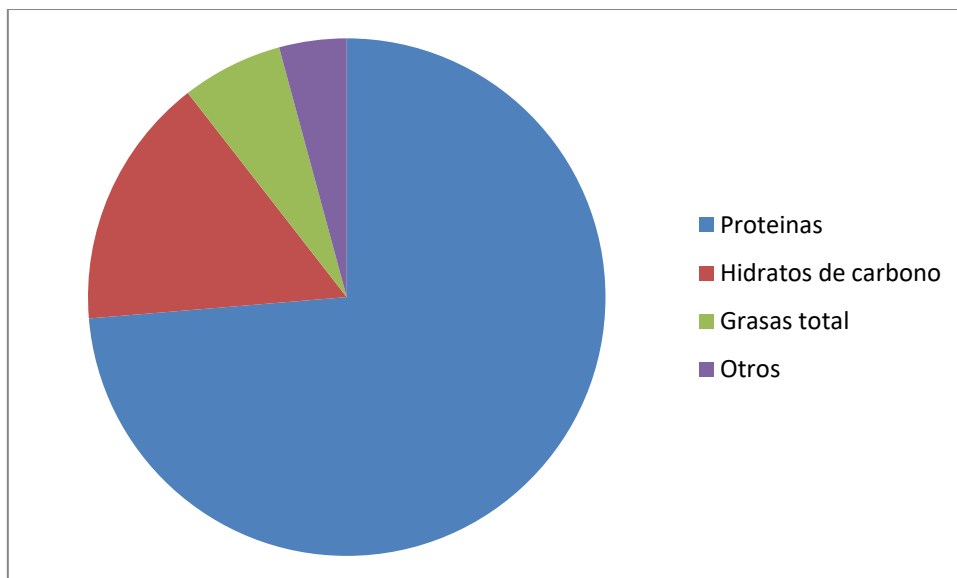
# VALOR NUTRICIONAL

## HOY COMEMOS DE RESTAURANTE



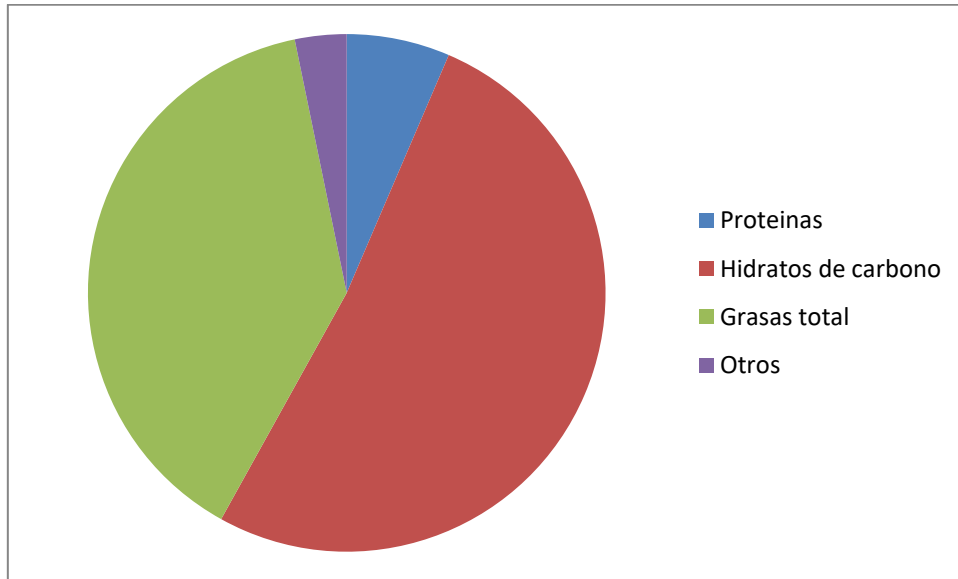
sábado 12 diciembre 2020

### APERITIVO COMIDA: BABA GANUSH CON REGAÑÁS



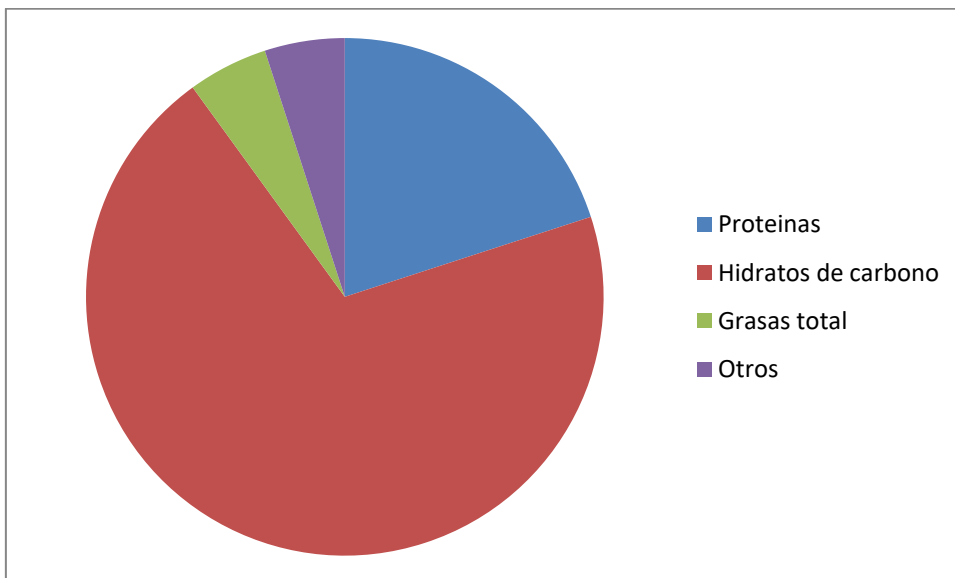
Otros: minerales (potasio, sodio); vitaminas, fibra

**PRIMER PLATO COMIDA: CREMA POTIRON CON QUESO FETA**



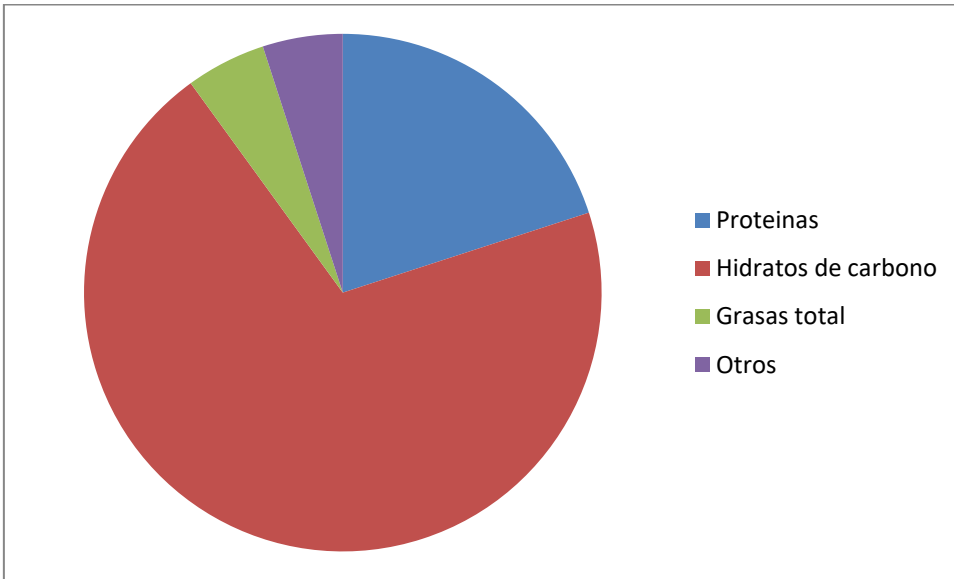
Otros: minerales (potasio, sodio); vitaminas,

**SEGUNDO PLATO COMIDA SABADO 12 DICIEMBRE: ALBÓNDIGAS EN SALSA CON SALTEADO DE VERDURAS Y SHITAKE**



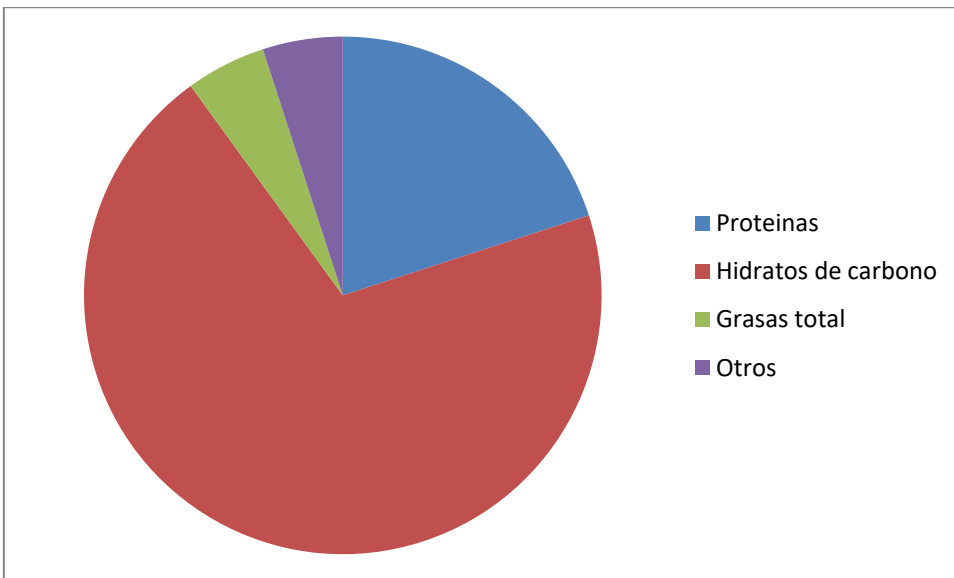
Otros: minerales (potasio, magnesio); vitaminas B6, fibra

## SEGUNDO PLATO: TAJÍN DE POLLO (ALTERNATIVA SIN CERDO)



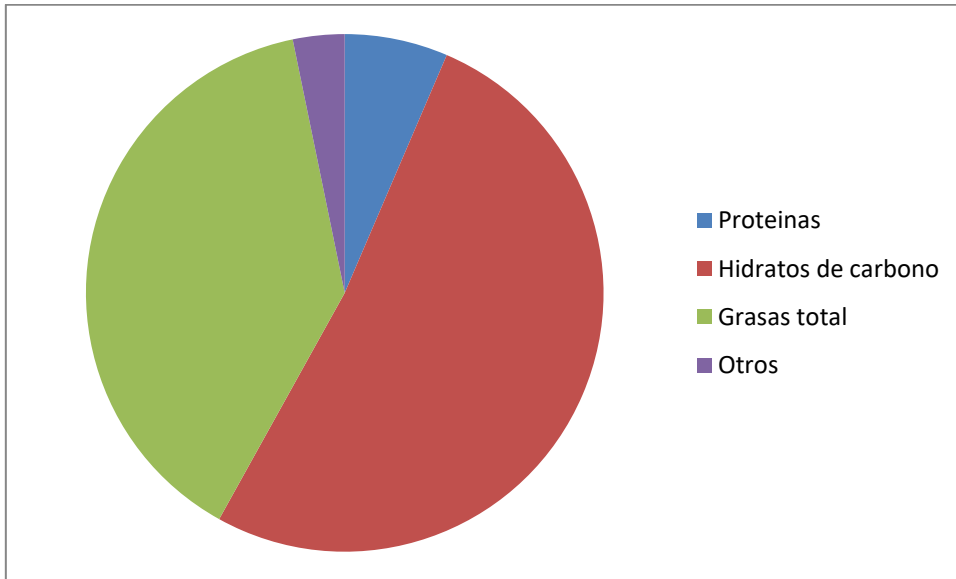
Otros: minerales (potasio, fósforo, zinc); vitaminas B3, ácido fólico

## WOK DE PASTA CON SETAS (OPCIÓN VEGETARIANA)

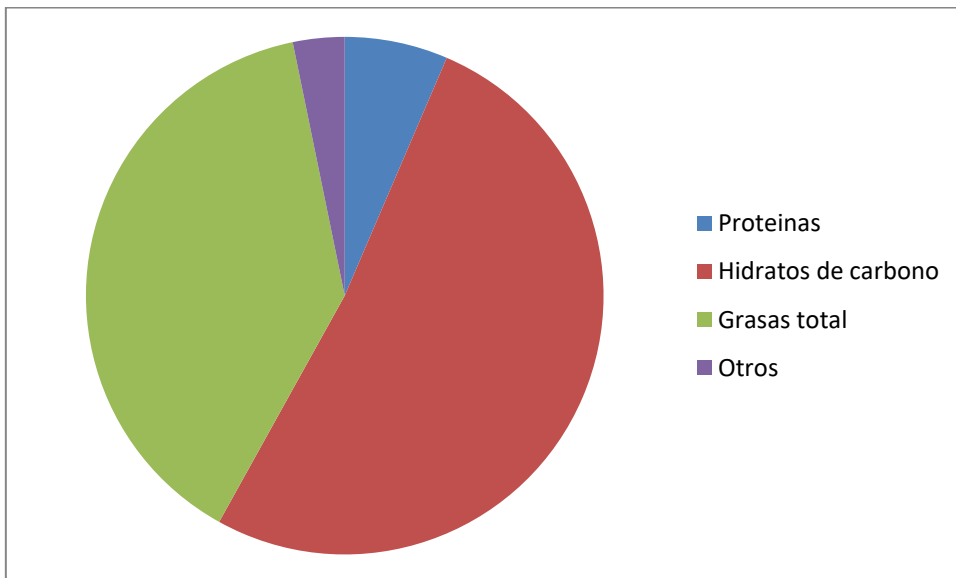


Otros: minerales (potasio, sodio); vitaminas, antioxidantes

**POSTRE COMIDA: TEJAS CON CREMOSO DE CHOCOLATE**

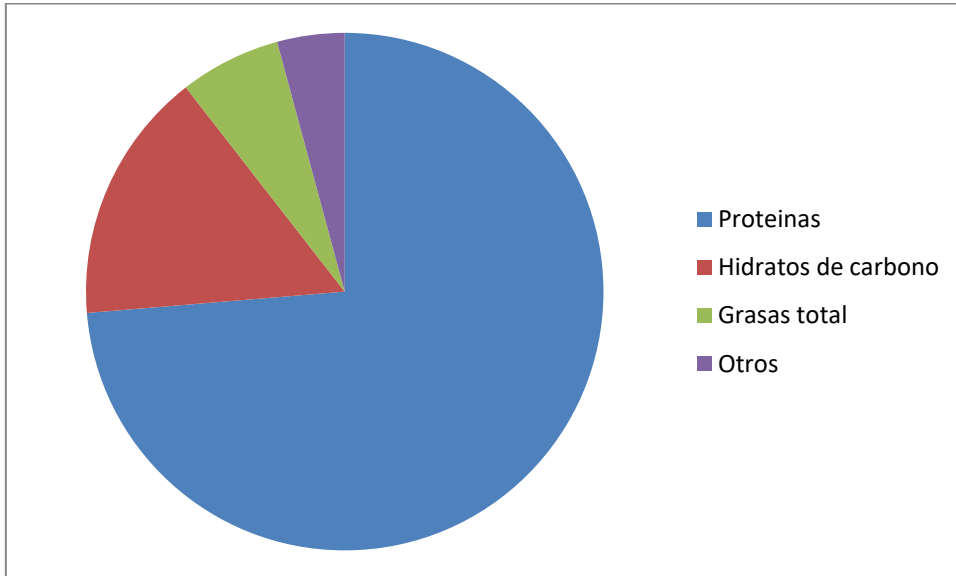


**PRIMER PLATO CENA: CREMA PARMENTIER**

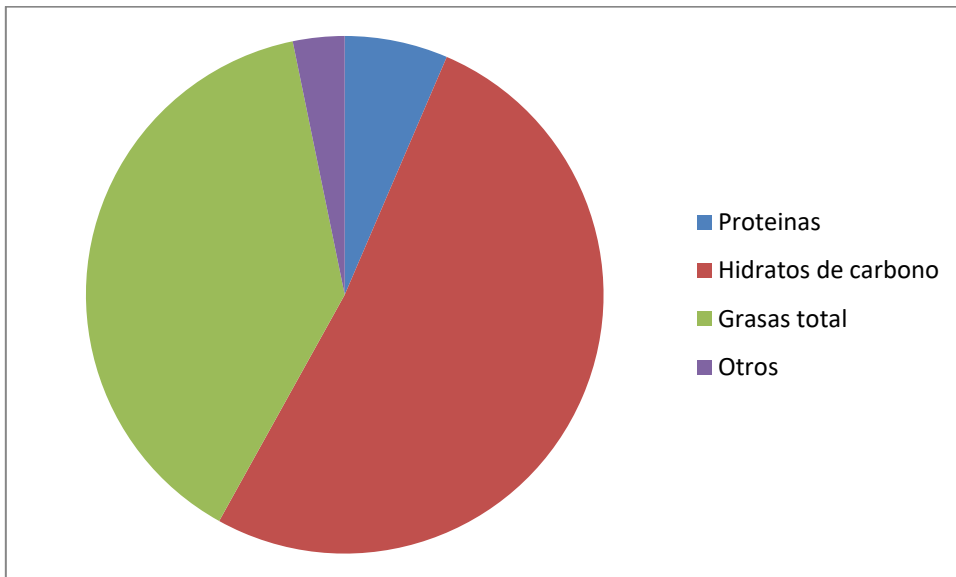


Otros: minerales (potasio); vitaminas, fibra

**PRIMER PLATO CENA: TARTA DE ESPINACAS A LA ROMANA**

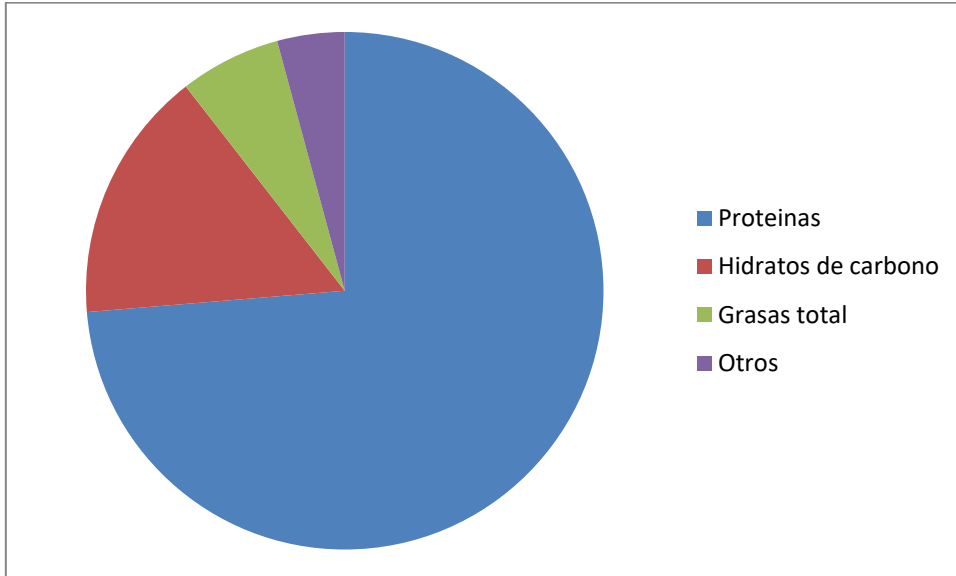


**Opción vegetariana**

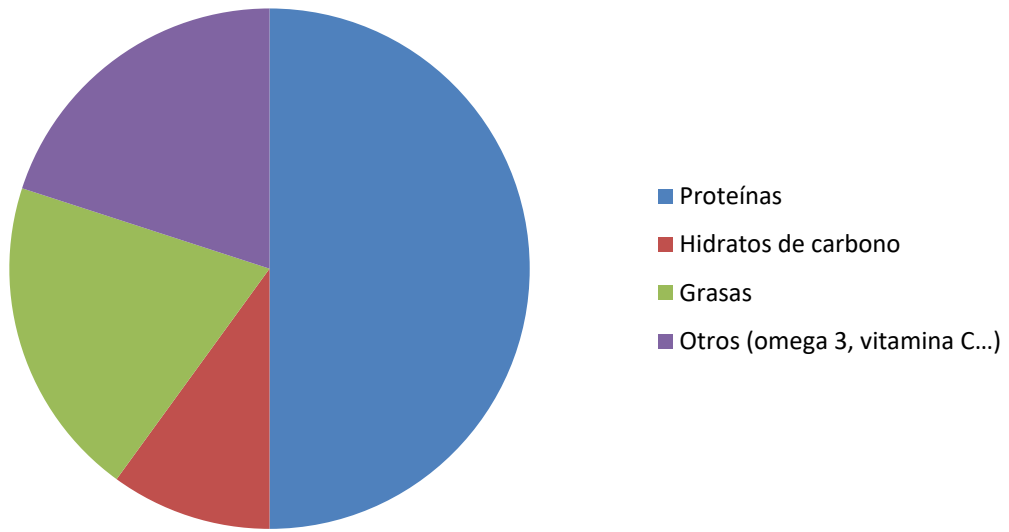


Otros: minerales (potasio, sodio); vitaminas, fibra

**POSTRE CENA: ARROZ CON LECHE**

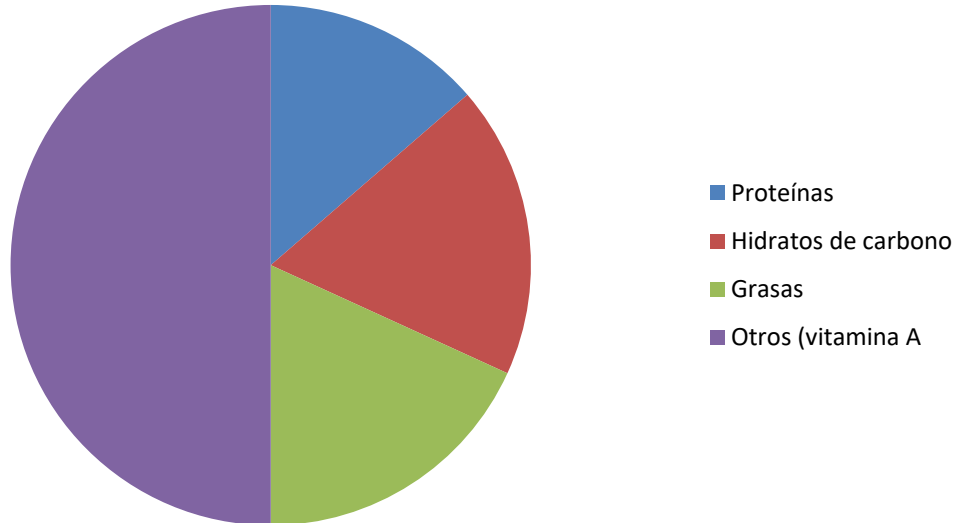


### Bombones de salm3n queso y piña

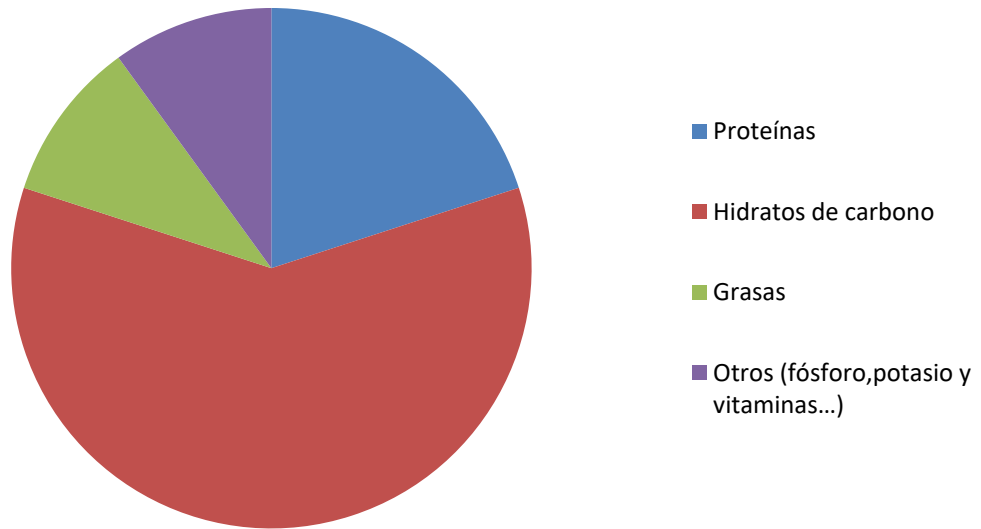


#### OPCION VEGETARIANA

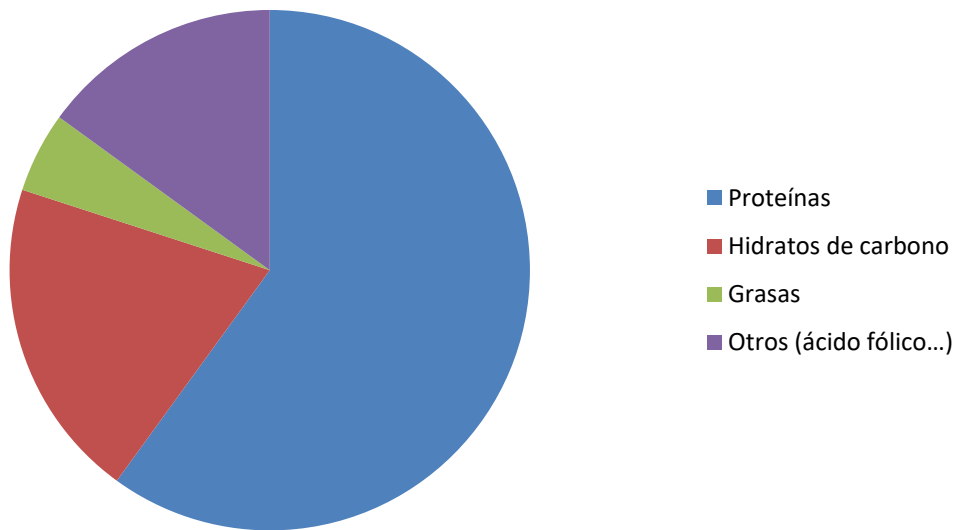
### Bomb3n de zanahoria



## Risotto de alcachofas



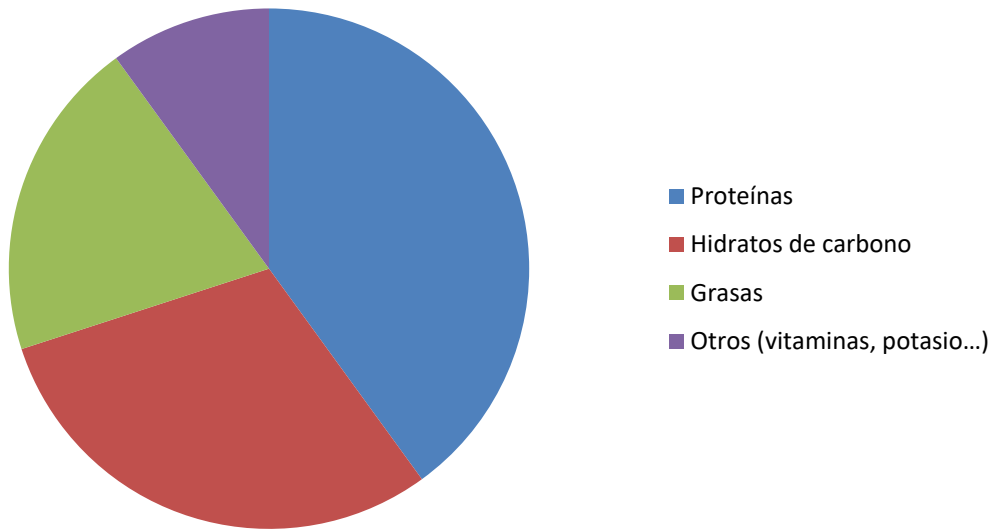
## Rape en salsa americana



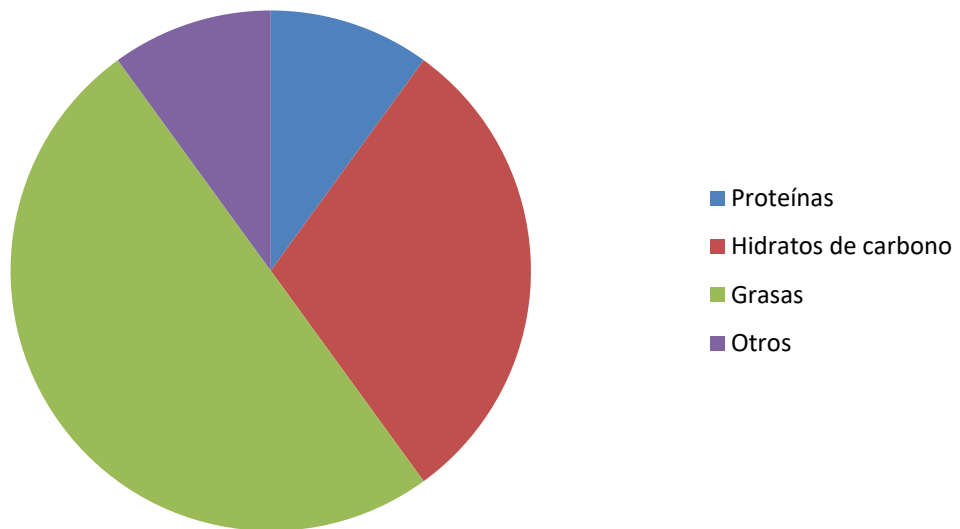


## OPCIÓN VEGETARIANA

### Coliflor al gratén

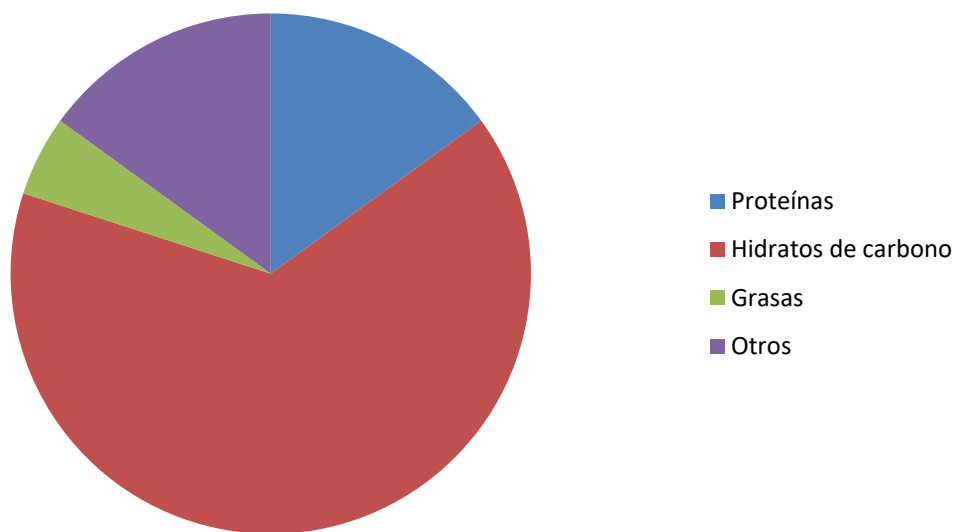


### Tartaleta de frutas con crema de naranja

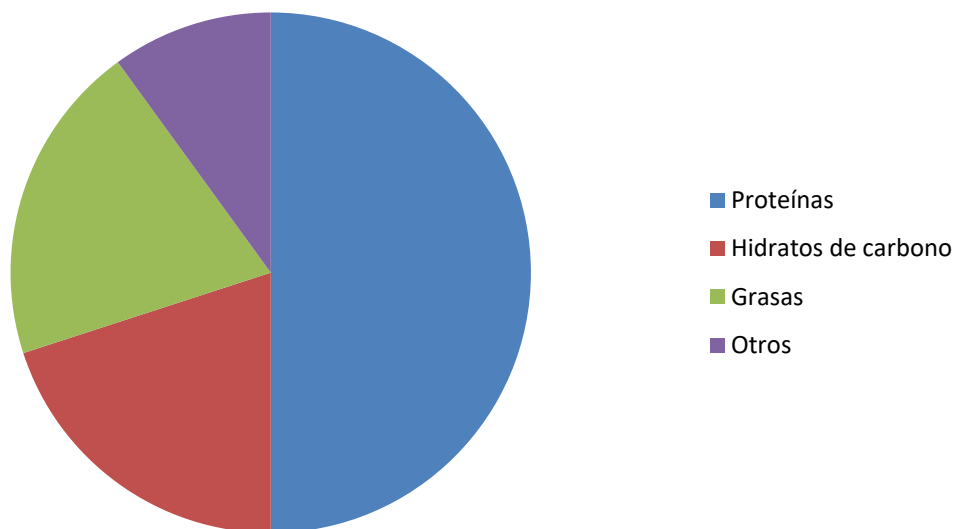


**CENA DOMINGO 13 DICIEMBRE 2020**

**Acelgas rehogadas**

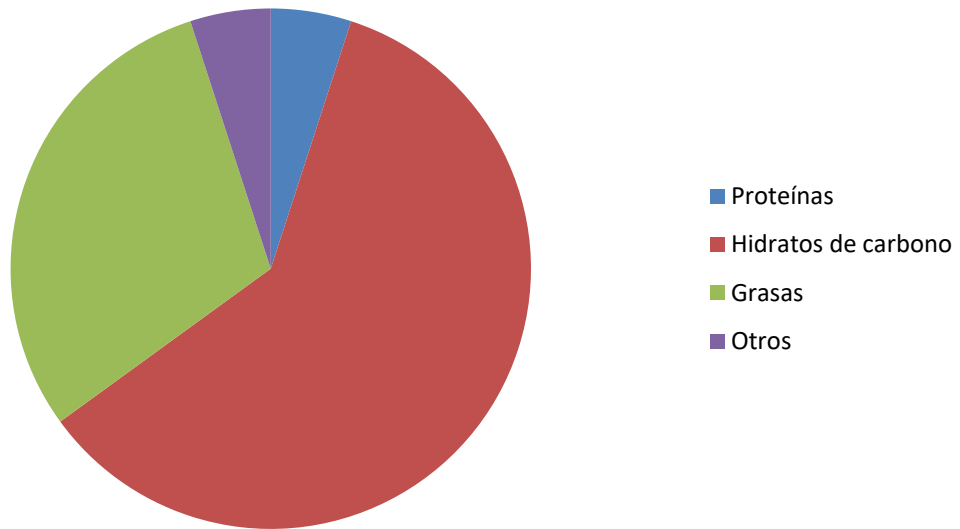


**Albóndigas de pescado con salsa de tomate**



**OPCIÓN VEGETARIANA**

**Croque cake de champiñón y puerros**



**París Brest**

