



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1

FESTIVO

2

PASTA NAPOLITANA
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
 Napolitana Pasta
 Fish in sauce with zucchini
 Fruit and bread
 KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g
 Cena: wrap de tortilla, queso y pavo

3

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
 garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
 Cocido soup
 chickpeas, bacon, veal, and chorizo
 Dairy dessert and bread
 KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g
 Cena: gallo a la plancha con ensalada

6

JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer
meat)CON PATATAS
FRUTA Y PAN
 Green beans with ham
 Burauer with fries
 Fruit and bread
 KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g
 Cena: salmón al curry c/verduras y puré patata

7

ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 White beans with vegetables
 French omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g
 Cena: pollo al horno con verdura rehogada

8

MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
 Macaronni with tomato and chorizo
 Hake in sauce with carrots
 Fruit and bread
 KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g
 Cena: ragú de ternera con guisantes

9

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Stewed chickpeas with vegetables
 Roasted chicken with salad
 Fruit and bread
 KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g
 Cena: merluza en papillote c/menestra

10

CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
 Pumpkna cream
 Fried fish with salad
 Dairy dessert and bread
 KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g
 Cena:wok de pollo con brocoli al curry

13

LENTEJAS GUISADAS
GUISADAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Stewed lentils
 Spanish omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g
 Cena: pavo al horno con menestra

14

PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
 Vegetables puree
 Roasted ham with potatoes
 Fruit and bread
 KCAL648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g
 Cena:Sopa de ave y tortilla francesa

15

ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
 Rice with vegetables
 Tuna with tomato and pepper
 Fruit and bread
 KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 24 g
 Cena: pollo asado con verduras al vapor

16

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
 garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
 Cocido soup
 chickpeas, bacon, veal, and chorizo
 Fruit and bread
 KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g
 Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

17

PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
 Stewed potatoes with vegetables
 Garlic chicken with carrots
 Dairy dessert and bread
 KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g
 Cena: pizza con base de atún y queso

20

PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
 Pasta with vegetables
 Biscayan-style hake with bell pepper
 Hake in green sauce with vegetables
 KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g
 Cena: guisantes en salsa con magro

21

JUDIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 White beans with vegetables
 French omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g
 Cena: emperador al horno con verduras

22

PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN
 Beans puree
 Meatballs with fries
 Fruit and bread
 KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g
 Cena: pisto con huevos a la plancha

23

ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Rice with tomato
 Fried cod with fries
 Fruit and bread
 KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g
 Cena: sopa de verduras y filete de pavo

24

SOPA DE PICADILLO
POLLO ASADO CON
PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
 Soup with meat
 Roasted chicken with fries
 Dairy dessert and bread
 KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g
 Cena: hamburguesa de merluza con patatas

27

CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y PAN
 Zucchini cream
 Roasted ham with potatoes
 Fruit and bread
 KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g
 Cena: guisado de rape con verduras

28

PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
 Vegetables paella
 Chicken burauer with vegetables
 Fruit and bread
 KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g
 Cena: sopa de verduras y huevos a la portuguesa

29

LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
 Stewed lentils with vegetables
 Spanish omelette with salad
 Fruit and bread
 KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g
 Cena: wok de fideos chinos, brocolí y atún

30

PASTA CARBONARA
PALOMETA CON TOMATE
Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
 Carbonara pasta
 Fish with tomato and red pepper
 Fruit and bread
 KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g
 Cena:lacón a la gallega c/puré de calabaza





WWW.SICRESTAURACION.COM

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN HUEVO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA (s/aluten-huevo) EN SALSA DE PROVENZAL
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE AVE
CON FIDEOS(s/aluten-huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO MARINADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 PASTA (s/aluten-huevo) CON
TOMATE Y ALBAHACA
MELRUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
FILETE DE PAVO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE AVE
CON FIDEOS(s/aluten-huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA (s/aluten-huevo)
CON VERDURAS ASADAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
FILETE DE POLLO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer meat) A LA JARDINERA
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE AVE
CON FIDEOS(s/aluten-huevo)
POLLO ASADO CON
PATATAS VAPOR
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
FILETE DE CERDO EN SU JUGO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA (s/aluten-huevo)
CON ZANAHORIA Y CHAMPINON
PALOMETA EN SALSA DE
TOMATE Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

MENÚ MUSULMAN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA EN SALSA
PROVENZAL
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, ternera, patata
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA TERNERA (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 PASTA CON TOMATE
Y ALBAHACA
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
MERLUZA A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, ternera, patata
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
HAMBURGUESA TERNERA (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE AVE CON FIDEOS
POLLO ASADO CON
PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
MERLUZA AL AJILLO
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPINON
PALOMETA EN SALSA DE
TOMATE Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN HUEVO NI PESCADO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA (s/aluten-huevo) EN SALSA DE PROVENZAL FILETE DE PAVO AL AJO ARRIERO CON CALABACIN FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6 JUDIAS VERDES REHOGADAS HAMBURGUESA MIXTAS (burauer meat) CON PATATAS FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO MARINADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 PASTA (s/aluten-huevo) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE PAVO AL AJILLO CON ZANAHORIA BABY FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS POLLO ASADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS FILETE DE PAVO AL AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS RAGU DE PAVO CON TOMATE Y PIMIENTO MORRON FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) COCIDO COMPLETO garbanzos , tocino, morcillo y chorizo FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA (s/aluten-huevo) CON VERDURAS ASADAS MAGRO DE CERDO A LA JARCINERA C/VERDURAS FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS FILETE DE POLLO EN ADOBO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE GUISANTES ALBONDIGAS MIXTAS (burauer meat) A LA JARDINERA FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE F. DE PAVO MARINADO CON VERDURAS WOK FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) POLLO ASADO CON PATATAS VAPOR POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE POLLO (burauer meat) C/VERDURAS FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS CON CHORIZO FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA (s/aluten-huevo) CON ZANAHORIA Y CHAMPINON RAGU DE PAVO EN SALSA PROVENZAL C/PIMIENTO ROJO FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN LEGUMBRE

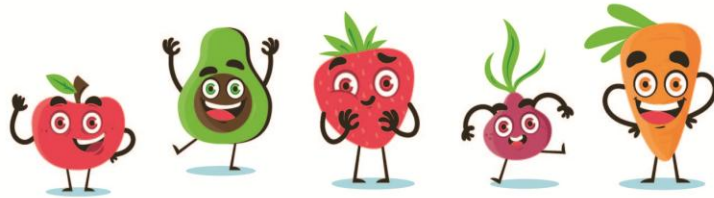
LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA (s/aluten-huevo) EN SALSA DE PROVENZAL ABADEJO AL AJO ARRIERO CON CALABACIN FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) FILETE DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

6 CREMA DE CALABACIN RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

ARROZ CON VERDURAS ASADAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 PASTA (s/aluten-huevo) CON TOMATE Y ALBAHACA MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 VERDURA SALTEADA CON PIMENTON POLLO ASADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA DADOS DE ROSADA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 VERDURA TRICOLOR TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON PIMIENTO MORRON FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) CINTA DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUIADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20 PASTA (s/aluten-huevo) CON VERDURAS ASADAS MERLUZA A LA JARDINERA C/ZANAHORIA Y CALABACIN FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 ARROZ CON VERDURAS WOK TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 CREMA DE ZANAHORIA RAGU DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE BACALAO REBOZADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE AVE CON FIDEOS(s/aluten-huevo) POLLO ASADO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS RAGU DE POLLO ESTOFADO CON VERDURAS ASADAS FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC 101 g LIP 33 g

29 VERDURA TRICOLOR TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA (s/aluten-huevo) CON ZANAHORIA Y CHAMPINON PALOMETA EN SALSA DE TOMATE Y PIMIENTO ROJO FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

FRUTOS SECOS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA NAPOLITANA
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
GUISADAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30g

20 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE PICADILLO
POLLO ASADO CON
PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA CARBONARA
PALOMETA CON TOMATE
Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN



WWW.SICRESTAURACION.COM

Clave Web:119526592

ESPIRITU SANTO

NOVIEMBRE 2023

MENÚ SIN LACTOSA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA NAPOLITANA
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE SOJA Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
GUISADAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE SOJA Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE PICADILLO
POLLO ASADO CON
PATATAS
POSTRE SOJA Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA EN SALSA ZANAHORIA
Y CHAMPINON
PALOMETA CON TOMATE
Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g



SIC RESTAURACIÓN

Servicios integrales para colectividades SL. Victoria Grande, Graduada en nutrición humana y dietética. Nº Colegiado MAD0027



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA NAPOLITANA
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
GUISADAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE PICADILLO
POLLO ASADO CON
PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA EN SALSA ZANAHORIA
Y CHAMPINON
PALOMETA CON TOMATE
Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE PRESENCIA DE ALÉRGENOS PUEDE CONSULTAR EL LISTADO DE PLATOS EN NUESTRA WEB

1
FESTIVO

2 PASTA NAPOLITANA
ABADEJO SALSA MENIER
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN
KCAL 676 PROT 35 g HC 94 g LIP 16 g

3 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

4 JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA MIXTAS (burauer
meat) CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 767 PROT 23g HC 71 g LIP 41 g

7 ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

8 MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO
MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 85 g LIP 22 g

9 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
POLLO ASADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 720 PROT 37 g HC 66 g LIP 31 g

10 CREMA DE CALABAZA
DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 668 PROT 30 g HC 65 g LIP 31 g

13 LENTEJAS GUISADAS
GUISADAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33 g

14 PURE DE VERDURAS
DE LA HUERTA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN
KCAL 648 PROT 33 g HC 70 g LIP 24 g

15 ARROZ CON VERDURAS
ATUN CON TOMATE
Y PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 755 PROT 29 g HC 98 g LIP 26 g

16 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

17 PATATAS GUISADAS CON
VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 664 PROT 30 g HC 65 g LIP 30 g

20 PASTA CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON MENESTRA
FRUTA Y PAN
KCAL 613 PROT 30g HC 87 g LIP 14 g

21 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 700 PROT 39 g HC 56 g LIP 32 g

22 PURE DE GUISANTES
ALBONDIGAS MIXTAS (burauer
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN
KCAL 728 PROT 22 g HC 68 g LIP 40 g

23 ARROZ CON TOMATE
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 708 PROT 19 g HC 106 g LIP 22 g

24 SOPA DE PICADILLO
POLLO ASADO CON
PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 669 PROT 29 HC 65 g LIP 31 g

27 CREMA DE CALABACIN
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y PAN
KCAL 734 PROT 33 g HC 73 g LIP 32g

28 PAELLA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE POLLO
(burauer meat) C/VERDURAS
FRUTA Y PAN
KCAL 763 PROT 34 g HC101 g LIP 33 g

29 LENTEJAS GUISADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN
KCAL 737 PROT 27 g HC 75 g LIP 33g

30 PASTA CARBONARA
PALOMETA CON TOMATE
Y PIMIENTO ROJO
FRUTA Y PAN
KCAL 663 PROT 30 g HC 87 g LIP 19 g

