



Labastida

Febrero 2026

No huevo, no frutos secos

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Kcal 566 Glú 49 Líp 16 Pro 52

1º *Menestra de verduras

2º *Lomo adobado de cerdo con champiñones

Postre *Fruta Pan

9 Kcal 836 Glú 106 Líp 24 Pro 46

1º *Macarrones sin gluten con tomate

2º *Pechuga de pavo con ensalada

Postre *Yogur Pan

16 Kcal 626 Glú 70 Líp 23 Pro 31

1º *Patatas en salsa verde

2º *Trucha fresca al horno con verduras

Postre *Fruta Pan

23 Kcal 827 Glú 93 Líp 25 Pro 49

1º *Marmitako

2º *Albóndigas de ternera con champiñones

Postre *Yogur Pan

3 Kcal 587 Glú 56 Líp 25 Pro 33

1º *Sopa de fideo

2º *Pechuga de pollo con ensalada tres estaciones

Postre *Fruta Pan

10 Kcal 408 Glú 50 Líp 14 Pro 23

1º *Puré de verdura

2º *Bacalao al horno con pisto

Postre *Fruta Pan

17 Kcal 739 Glú 104 Líp 14 Pro 43

1º *Espaguetis sin gluten con tomate y verduras

2º *Ternera asada con ensalada de maiz

Postre *Fruta Pan

24 Kcal 700 Glú 100 Líp 23 Pro 28

1º *Paella

2º *Bacalao al horno con verduras

Postre *Fruta Pan

4 Kcal 676 Glú 75 Líp 19 Pro 44

1º *Garbanzos con verduras

2º *Merluza al horno con verduras

Postre *Yogur Pan

11 Kcal 776 Glú 70 Líp 28 Pro 51

1º *Lentejas con zanahoria

2º *Pechuga de pollo con ensalada

Postre *Fruta Pan

18 Kcal 885 Glú 138 Líp 20 Pro 30

1º *Garbanzos con berza

2º *Arroz con verduras

Postre *Yogur Pan

25 Kcal 759 Glú 69 Líp 21 Pro 66

1º *Lentejas con verduras

2º *Lomo adobado de cerdo con lechuga

Postre *Fruta Pan

5 Kcal 684 Glú 49 Líp 38 Pro 32

1º *Crema de zanahoria

2º *Muslo de pollo asado con ensalada

Postre *Fruta Pan

12 Kcal 859 Glú 109 Líp 27 Pro 42

1º *Arroz con pollo

2º *Guisado de ternera con champiñones

Postre *Fruta Pan

19 Kcal 490 Glú 62 Líp 7 Pro 42

1º *Puré de verdura

2º *Guisado de pavo a la jardinera

Postre *Fruta Pan

26 Kcal 842 Glú 103 Líp 29 Pro 37

1º *Macarrones sin gluten con tomate

2º *Muslo de pollo asado con ensalada tres estaciones

Postre *Fruta Pan

6 Kcal 797 Glú 79 Líp 25 Pro 49

1º *Alubias rojas con chorizo

2º *Hamburguesas de ternera con pimientos

Postre *Fruta Pan

13 Kcal 573 Glú 52 Líp 23 Pro 35

1º *Crema de calabaza

2º *Atun a la riojana

Postre *Fruta Pan

20 Kcal 685 Glú 56 Líp 28 Pro 44

1º *Guisantes con jamón

2º *Pechuga de pollo con ensalada

Postre *Fruta Pan

27 Kcal 523 Glú 50 Líp 21 Pro 28

1º *Crema de coliflor

2º *Merluza al horno con pimientos

Postre *Fruta Pan

RECOMENDACIONES DE CENA



Pasta / Arroz o Legumbres



Hortalizas



Pescado/Huevo



Carne/Huevo



Carne/Pescado



Lácteo



Fruta



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es



COMIDA



CENA