Terkor

	GLUTEN	LÁCTEOS	HUEVOS	PESCADO	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	CRUSTÁCEOS	SULFITOS	MOLUSCOS	APIO	MOSTAZA	LEGUMBRES	CACAHUETES
PRIMEROS PLATOS													
Brócoli rehogado													
Judías verdes con tomate													
Menestra de verduras												X	
Crema de zanahoria								X					
Crema de calabaza								X					
Crema de calabacín		X						X					
Pure de verduras								X					
Crema de puerros y patata		X						X					
Guisantes con jamón												X	
Gazpacho	X												
Arroz con tomate													
Arroz milanesa													
Arroz tres delicias												X	
Paella													
Arroz blanco													
	GLUTEN	LÁCTEOS	HUEVOS	PESCADO	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	CRUSTÁCEOS	SULFITOS	MOLUSCOS	APIO	MOSTAZA	LEGUMBRES	CACAHUETES
Pasta napolitana	X												
Pasta carbonara	X	X				X							
Pasta 3 quesos	X	X				X							
Pasta boloñesa	X												
Pasta con aceitunas negras y bacon	X	X				X							
Canelones de atún	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X		
Canelones de carne	X	X	X		X	X				X	X		
Sopa de ave con fideos	X												
Sopa de cocido con fideos	X												
Sopa de verduras													
Sopa de arroz													
Patatas riojana													
Patatas guisadas													
Patatas belga		X											
Lentejas estofadas	X											X	
Guiso de garbanzos	X											X	
Cocido												X	
Alubias pintas con arroz integral												X	
Guiso de alubias blancas												X	
Garbanzos en ensalada			X	X								X	
Alubias blancas con vinagreta			X	X								X	

SEGUNDOS PLATOS	GLUTEN	LÁCTEOS	HUEVOS	PESCADO	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	CRUSTÁCEOS	SULFITOS	MOLUSCOS	APIO	MOSTAZA	LEGUMBRES	CACAHUETES
Pollo a la plancha													
Pollo asado													
Traseros de pollo asados con verduras													
Pollo guisado													
Burritos de pollo	X												
Pechuga villaroy	X	X	X		X								
Ragout de pavo													
Pollo milanesa	X	X	X		X								
Pollo empanado	X		X		X								
Ragout de ternera													
Hamburguesa de ternera	X		X										
Filete ruso	X		X		X								
Albóndigas guisadas						X						X	
Redondo de ternera asado													
Cinta de lomo plancha		X				X							
Cinta de lomo asada													
Salchichas frescas al horno													
Escalope de cerdo	X		X		X								
Magro con tomate													
Costillas barbacoa						X							
	GLUTEN	LÁCTEOS	HUEVOS	PESCADO	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	CRUSTÁCEOS	SULFITOS	MOLUSCOS	APIO	MOSTAZA	LEGUMBRES	CACAHUETES
Merluza a la andaluza	X		X	X									
Merluza al horno				X									
Merluza en salsa verde	X			X				X					
Merluza en salsa de verduras				X									
Filete de pescado blanco empanado	X		X	X	X								
Boquerones en tempura	X	X		X			X		X				
Bacalao con tomate	X		X	X									
Varitas de merluza	X	X	X	X			X		X				
Anillas rebozadas de calamar	X	X	X	X		X	X	X	X				
Croquetas de pollo	X	X	X		X								
Pizza de jamón y queso	X	X	X			X							
Empanadillas de atun	X		X	X									
San Jacobo	x	x	x										
Tortilla francesa			X										
Tortilla de jamón york			X										
Tortilla de patata			X					X					
Tortilla de queso		X	X										
Tortilla de atún			X	X									
Huevos rellenos			X	X									
Huevos al plato		X	X										
Huevos moll	X	X	X		X								

GUARNICIONES	GLUTEN	LÁCTEOS	HUEVOS	PESCADO	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	CRUSTÁCEOS	SULFITOS	MOLUSCOS	APIO	MOSTAZA	LEGUMBRES	CACAHUETES
Patatas fritas								X					
Guisantes rehogados												X	
Zanahoria baby													
Ensalada													
Pasta rehogada	X												
Chanquetes calabacín	X												
Arroz blanco													
Tomate natural y queso fresco		X											
Tomate frito													
Salchichas baby		X				X							