

Lunes

1



8 Crema de Calabacín ECO

Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15 Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo)

Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Arroz Campesina

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9 Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Crema de Verduras ECO

Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23 Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30 Crema de Verduras ECO

Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10 Estofado de Patatas con Verduras

Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

17 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)

Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Bacalao con Tomate

Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11 Arroz con Tomate

Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Judías Verdes con Tomate

Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26 Crema de Zanahoria ECO

Albóndigas de Ternera en Salsa

Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Cocido Maragato

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Paella Mixta.
Merluza a la Bilbaina
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno

Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento,
Zanahoria y Calabacín)
Merluza a la Bilbaína

Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao al Horno

Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO
Cinta de Lomo Adobada al Horno

Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p> FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras (sin patata) (100 g) 2 R de HC Tortilla Francesa con Atún</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>3</p> <p>Crema de Verduras (65g patata) 1 R de HC Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Patatas Dado al horno (35 g patata) 1 R de HC Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>4</p> <p>Sopa de Cocido (45 g fideos) 1 R de HC Cocido (27,5 g garbanzos,32,5 g patata, Ternera, Pollo, Chorizo) 1 R de HC</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Abadejo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Yogur Desnatado Sabores 0,5 R de HC Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Crema de Calabacín sin Patata</p> <p>Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera al Horno o Asada (70 g patata) 2 R de HC Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Pasta con Tomate (45 g pasta y 50 g salsa tomate) 2 R de HC Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras (sin patata) (100 g) 2 R de HC Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Patata + Huevo + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Arroz con Tomate (76g de arroz con una cucharadita de tomate) 2 R Merluza en Papillote Verduras Asadas</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras (75 g judías y 65 g patatas) 2,5 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Yogur Desnatado Sabores 0,5 R de HC Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Pasta con Tomate (45 g pasta y 50 g salsa tomate) 2 R de HC Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras (sin patata) (100 g) 2 R de HC Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Arroz con Verduras (75 g arroz) 2 R de HC Merluza a la Bilbaina</p> <p>Pimientos Asados Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>18</p> <p>Sopa de Cocido (45 g fideos) 1 R de HC Cocido (27,5 g garbanzos,32,5 g patata, Ternera, Pollo, Chorizo) 1 R de HC</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías Verdes Rehogadas (125 g judías, patata 130g) 2,5 R de HC Salmón al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Yogur Desnatado Sabores 0,5 R de HC Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Arroz Campesina (75 g) 2 R de HC</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa de Fideos (45 g) 1 R de HC Cocido (27,5 g garbanzos,32,5 g patata, Ternera, Pollo, Chorizo) 1 R de HC</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Fideuá de Verduras (90 g pasta) 2 R de HC Bacalao al Horno</p> <p>Champiñón Rehogado</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>	<p>25</p> <p>Judías Pintas Estofadas sin patata (110g judías) 2 R de HC Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>26</p> <p>Crema de Zanahoria (65 g patata y 100 g zanahoria) 1 R de HC Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Patatas Panadera al Horno o Asada (52,5 g patata) 1,5 R de HC Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Yogur Desnatado Sabores 0,5 R de HC Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Pasta con Atún (67,5 g pasta y 50 g salsa tomate) 2 R de HC Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Vaso de Leche 200 g (1 R de HC) Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras (75 g lentejas y 65 g patatas) 2,5 R de HC Pollo al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua (20 g) 1 R de HC Yogur Desnatado Sabores 0,5 R de HC Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Cocido Maragato

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento,
Zanahoria y Calabacín)
Merluza a la Bilbaina
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26


Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)


R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
1	 FESTIVO	2	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	3	Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	5	Macarrones con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
8	Crema de Calabacín ECO Escalope de Pollo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	9	Espirales Amatriciana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10	Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	11	Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	12	Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15	Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	17	Paella Mixta. Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
22	Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23	Cocido Maragato Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24	Fideuá de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	25	Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26	Crema de Zanahoria ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29	Macarrones con Atún Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30	Lentejas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Huevo + Fruta						

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1  FESTIVO	2 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	3 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	5 Macarrones con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
8 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	9 Espirales Amatriciana Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	11 Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	12 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Verdura + Fruta
15 Codos al Gratin Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	17 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Merluza al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19 Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
22 Arroz Campesina sin Guisantes Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Fideuá de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	25 Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29 Macarrones con Atún Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Crema de Verduras ECO Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Huevo + Fruta			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p> FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Lentejas Con Arroz</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Verdura + Lácteo</p>	<p>3</p> <p>Crema de Verduras ECO</p> <p>Magro de Cerdo con Tomate</p> <p>Patatas Dado</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Legumbre + Lácteo</p>	<p>4</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Crema de Calabacín ECO</p> <p>Escalope de Pollo</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Salchichas de Pavo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Patata + Ave + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Arroz con Tomate</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Verduras Asadas</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Legumbre + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Arroz Pilaf</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Pasta + Verdura + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo)</p> <p>Salchichas de Pavo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Legumbre + Fruta</p>	<p>16</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Pimientos Asados</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>18</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías Verdes con Tomate</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Arroz + Verdura + Lácteo</p>
<p>22</p> <p>Arroz Campesina</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>24</p> <p>Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Champiñón Rehogado</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Judías Pintas Estofadas</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Crema de Zanahoria ECO</p> <p>Albóndigas de Ternera en Salsa</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras</p> <p>Pollo al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.