

	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 Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4 Sopa de Fideos Cocido sin Cerdo 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 con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	11 Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + 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
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 Fideos Cocido sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + 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
22	Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Sopa de Fideos Cocido sin Cerdo 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 Judías Pintas Estofadas 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 Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	4 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Macarrones con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
8 Crema de Calabacín ECO Bacalao al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	9 Espirales con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	11 Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + 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
15 Codos al Gratén Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + 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 + Huevo + Fruta	18 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + 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
22 Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	23 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	24 Fideuá de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Legumbre + Lácteo	25 Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	26 Crema de Zanahoria ECO Caballa en Aceite 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 Merluza al Horno 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

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 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

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



8 Crema de Calabacín ECO

Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan 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 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 Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz

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

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Lentejas Estofadas con Verduras

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

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
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 + Carne + 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 + Pescado + 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 (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

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

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

11 Arroz con Tomate

Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 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 y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Filete de Pollo al Horno
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 + Ave + Fruta

26 Crema de Zanahoria ECO

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

Cena: Arroz + Ave + 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 + Verdura + Lácteo

15

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

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

22

Arroz Campesina
Filete de Pollo 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 + Carne + Lácteo

Martes

2

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

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Tortilla Francesa
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 + Huevo + 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 + Verdura + Lácteo

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)
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobada al Horno
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
Filete de Pollo al Horno
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: Arroz + Huevo + Fruta

25

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

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Filete de Pollo al Horno
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 + Carne + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate

Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + 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	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 Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	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
8	8 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	9 Espirales con Tomate 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 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
15	15 Coditos con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa 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 a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + 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
22	22 Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Fideuá de Verduras ECO Bacalao al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	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
29	29 Macarrones con Tomate 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 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

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 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	3 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	5 Crema de Zanahoria ECO Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
8 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	9 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	11 Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	12 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Verdura + Fruta
15 Crema de Calabacín ECO Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	17 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Merluza al Horno Pimientos Asados Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19 Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
22 Arroz Campesina sin Guisantes Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Crema de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	25 Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Crema de Verduras ECO Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz 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.