

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Lentejas Estofadas con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

6 Fideuá de Verduras ECO.
 Merluza al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas.
 Tortilla Francesa con Atún.
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 Macarrones Gratinados
 Crujiente de Bacalao
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

2 Menestra de Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
 Escalope de Merluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
 Pollo Asado
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas
 Tortilla de Patata con Cebolla.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Ave + Fruta

19 Crema de Zanahoria ECO.
 San Jacobo de Pollo
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
 Salmón en Salsa de Eneldo.
 Patatas Dado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

21 Macarrones con Atún
 Tortilla Francesa.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

23 Paella de Verduras
 Gallo al Horno
 Verduras Asadas
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

26 Menestra de Verduras
Tortilla Francesa con Queso.
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas.
 Caballa en Aceite
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
 Flamenquines
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Merluza al Horno
 Guisantes Rehogados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Arroz + Carne + 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

5 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

6 Fideuá de Verduras ECO.
 Merluza al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas.
 Tortilla Francesa con Atún.
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

1 Macarrones Gratinados
 Crujiente de Bacalao
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

2 Menestra de Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
 Escalope de Merluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Gallo al Horno
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas
 Tortilla de Patata con Cebolla.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19 Crema de Zanahoria ECO.
Tortilla Francesa con Queso.
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
 Salmón en Salsa de Eneldo.
 Patatas Dado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Macarrones con Atún
 Tortilla Francesa.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 **Sopa de Fideos**
Garbanzos Estofados con Verduras.
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

23 Paella de Verduras
 Gallo al Horno
 Verduras Asadas
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Patata + Lácteo

26 Menestra de Verduras
Tortilla Francesa con Queso.
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas.
 Caballa en Aceite
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

28 Papas con Choco
Tortilla Francesa.
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Merluza al Horno
 Guisantes Rehogados
 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>5 Crema de Verduras ECO. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>6 Pasta Sin Gluten con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>7 Guiso de Verduras ECO con Patatas. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>1 Pasta Sin Gluten al Gratén Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>2 Menestra de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>12</p> <p> FESTIVO</p>	<p>13</p> <p> FESTIVO</p>	<p>14 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>15 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Pollo Asado Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>16 Judías Verdes Rehogadas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>19 Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>20 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Salmón en Salsa de Eneldo. Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>21 Pasta Sin Gluten con Atún Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>22 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>23 Paella de Verduras Gallo al Horno Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta</p>
<p>26 Menestra de Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>27 Judías Pintas Estofadas. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>28 Papas con Choco Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>29 Crema de Zanahoria ECO. Magro en Salsa Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Pescado + 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

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Lentejas Estofadas con Verduras.

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

6 Pasta Sin Huevo con Verduras

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas.

Cinta de Lomo Adobado al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta1 Pasta Sin Huevo al Gratén
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo2 Menestra de Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

12



FESTIVO

13



FESTIVO

14

Arroz con Tomate

Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15

Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Pollo Asado

Patatas Panadera

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16

Judías Verdes Rehogadas

Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

19 Crema de Zanahoria ECO.

San Jacobo de Pollo

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Salmón en Salsa de Eneldo.

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21

Pasta Sin Huevo con Atún

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

22 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

23

Paella de Verduras

Gallo al Horno

Verduras Asadas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

26 Menestra de Verduras

Lacón a la Gallega

Patatas Panadera

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas.

Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28

Papas con Choco

Flamenquines

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate

Magro en Salsa

Guisantes Rehogados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Pescado + 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

5 Lentejas Estofadas con Verduras.
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

6 Fideuá de Verduras ECO.
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 Macarrones Gratinados
Crujiente de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

2 Menestra de Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Ave + Fruta

19 Crema de Zanahoria ECO.
San Jacobo de Pollo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

21 **Macarrones con Tomate**
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

23 Paella de Verduras
Gallo al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

26 Menestra de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Magro en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Arroz + Pescado + 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.