

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>1</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>2</b> Arroz con Tomate Lomo Asado Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Fideuá de Verduras ECO <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Garbanzos Estofados con Verduras <b>Tortilla de Patata con Cebolla</b> Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo
<b>7</b> Arroz Campesina <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>8</b> Judías Verdes con Cebolla y Ajo Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>9</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>10</b> <b>Macarrones con Tomate</b> Rotti de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Lentejas Castellanas <b>Tortilla Francesa</b> Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
<b>21</b>	<b>22</b> Coditos con Tomate <b>Salchichas de Pavo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>23</b> Patatas Guisadas con Chorizo <b>Filete de Pollo al Horno</b> Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>24</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>25</b> Crema de Calabacín y Zanahoria ECO Pollo Asado Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>28</b> Brócoli Rehogado con Ajitos Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>29</b> Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>30</b> Lentejas con Chorizo <b>Filete de Pollo al Horno</b> Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo		

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.