

Lunes

3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

10 **Lentejas Estofadas con Verduras**
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Paella de Verduras
Pollo Asado
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3 Crema de Verduras ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Merluza al Horno
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Legumbre + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 26 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

- 6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 13 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Palometa al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Papas con Choco
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
 Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 **Estofado de Patatas con Verduras**
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 **Pasta sin gluten ni huevo con Verdura y Tomate**
 Bacalao a la Andaluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 Paella de Verduras
 Magro de Cerdo con Tomate
 Guisantes Rehogados
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)
 Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 **Estofado de Patatas con Verduras**
 Tortilla Francesa con Atún
 Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
 Magro de Cerdo Estofado
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 12 **Pasta Sin Gluten con Tomate**
 Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
 Hamburguesa de Atún
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**
 Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6 **Pasta Sin Gluten al Gratén**
 Merluza a la Bilbaína
 Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**
 Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.

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

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Merluza al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
 Palometa con Tomate
 Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21 Crema de Coliflor

 Albóndigas de Ternera en Salsa
 Zanahoria en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Papas con Choco
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas con Chorizo
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 12 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
Cocido Completo con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 6 **Pasta Sin Huevo al Gratén**
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

- 28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3 Crema de Verduras ECO
 Albóndigas de Pollo en Salsa
 Patatas Dado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas con Chorizo
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 **Pasta Salteada**
 Bacalao a la Andaluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 **Paella de Verduras Sin Tomate**
Pollo Asado
 Guisantes Rehogados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4 **Arroz Rehogado**
Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
 Merluza a la Andaluza
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 **Lentejas Estofadas Sin Tomate**
 Tortilla Francesa con Atún
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
 Magro de Cerdo Estofado
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 12 **Pasta Salteada**
 Cinta de Lomo Asada con Manzana
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 **Arroz Rehogado**
 Hamburguesa de Atún
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 Sopa de Cocido
 Cocido Completo con Verduras
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6 **Pasta Rehogada con Queso**
 Merluza a la Bilbaína
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 13 Sopa de Cocido
 Cocido Completo con Verduras
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 **Potaje de Alubias Viudas Blancas sin Tomate**
Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
 Escalope de Merluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
 Croquetas de Jamón
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 **Arroz Campesino Sin Tomate**
Palometa al Horno
 Pimientos Asados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
 Albóndigas de Ternera en Salsa
 Zanahoria en Guiso
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Papas con Choco
 Flamenquines
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3** Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10** Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17** Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24** Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4** Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11** Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18** Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 12** Macarrones con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19** Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** **Coditos con Tomate**
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13** Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20** Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27** Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14** Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21** Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28** Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + 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

3 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

10 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Crema de Verduras ECO
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Paella de Verduras

Magro de Cerdo con Tomate

Champiñón Rehogado

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Estofado de Patatas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

25 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún

Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Crema de Calabacín ECO
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Arroz con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 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

Jueves

6 Sopa de Arroz
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Crema de Verduras ECO
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Sopa de Arroz
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Arroz Campesina Sin Guisantes
Palometa con Tomate

Pimientos Asados

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Zanahoria Rehogada

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 Papas con Choco

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3** Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10** Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 17** Espirales con Verdura y Tomate
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24** Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

- 4** Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18** Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 25** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12** Macarrones con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 19** Arroz con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 13** Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20** Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 27** Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

Viernes

- 7** Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 14** Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21** Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28** **Estofado de Patatas con Verduras**
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

3 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

10 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Pasta Sin Huevo con Tomate
Bacaladitos al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate

Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Judías Verdes con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Garbanzos Estofados con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Pasta Sin Huevo con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

19 Judías Verdes con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera y Zanahoria

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

6 Pasta Sin Huevo al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

7 Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Crema de Zanahoria ECO
Palometa con Tomate

Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

28 Menestra de Verduras
Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + 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

3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

10 Crema de Lentejas con Verduras
Tortilla Francesa

Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Crema de Verduras ECO
Bacalao a la Andaluza
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza

Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Crema de Garbanzos con Verduras
Pollo al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

25 Crema de Lentejas
Tortilla Francesa con Atún
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Crema de Judías Blancas con Verduras
Hamburguesa de Atún
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa

Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Crema de Calabacín ECO
Hamburguesa de Atún
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Crema de Verduras ECO
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

6 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Billbaína
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Crema de Verduras ECO
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Crema de Judías Blancas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

7 Puré de Patata
Croquetas de Jamón
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Crema de Zanahoria ECO
Palometa con Tomate

Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 Puré de Patata
Flamenquines
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

10 Crema de Lentejas con Verduras
Tortilla Francesa

Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Crema de Verduras ECO
Bacalao a la Andaluza
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado

Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza

Arroz Pilaf
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Crema de Garbanzos con Verduras
Pollo al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

25 Crema de Lentejas
Tortilla Francesa con Atún

Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Crema de Judías Blancas con Verduras
Hamburguesa de Atún
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa

Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Crema de Calabacín ECO
Hamburguesa de Atún
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Crema de Verduras ECO
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan Integral y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

6 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Billbaína
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Crema de Verduras ECO
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Crema de Judías Blancas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza

Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

7 Puré de Patata
Croquetas de Jamón
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Crema de Zanahoria ECO
Palometa con Tomate

Pimientos Asados
Pan y Agua
Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Triturado de Frutas

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 Puré de Patata
Flamenquines

Pimientos Asados
Pan y Agua
Yogur

Cena: Verdura + 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

- 3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas con Chorizo
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 12 Macarrones con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 13 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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.