

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**5** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**6** Paella de Verduras y Marisco  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**1** Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + 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 + Huevo + Lácteo

**15** Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**19** Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Lentejas Estofadas con Verduras  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Gallo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**21** Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

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

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + 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 + Verdura + Lácteo

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

**29** Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

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

**6** Paella de Verduras y Marisco  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**1** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + 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** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Lentejas Estofadas con Verduras  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Salchichas de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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

**22** Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + 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** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**5** 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

**6** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**1** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**12**  
  
**FESTIVO**

**13**  
  
**FESTIVO**

**14** Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**15** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Brócoli Salteado  
Patatas Guisadas con Chorizo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Magro en Salsa  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**21** Crema de Zanahoria ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**22** Pasta Sin Gluten con Atún  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

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

**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

**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

**29** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

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

**6** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**1** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**12**  
  
**FESTIVO**

**13**  
  
**FESTIVO**

**14** Arroz con Tomate  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**15** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Brócoli Salteado  
Lentejas con Chorizo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Magro en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**21** Crema de Zanahoria ECO  
San Jacobo de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

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

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

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

**27** Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

**28** Estofado de Patatas con Verduras  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**29** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Arroz + Verdura + 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** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Paella de Verduras y Marisco  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**1** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + 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** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Patatas Guisadas con Chorizo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Magro en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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

**22** Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + 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** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

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

**6** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**1** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Patata + Huevo + 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** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Brócoli Salteado  
Lentejas con Chorizo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Magro en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**21** Crema de Zanahoria ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**22** Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + 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** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
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

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

6 Paella de Verduras y Marisco  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

7 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

1 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

2 Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + 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 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

19 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Lentejas con Chorizo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

20 Paella de Verduras  
Magro en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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

22 Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + 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 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>5</b> Guiso de Verduras ECO con Patatas Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p><b>6</b> Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p><b>7</b> Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Panadera</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p><b>1</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p> <p><b>8</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Gallo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p><b>2</b> Crema de Zanahoria ECO Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta</p> <p><b>9</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Zanahoria Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p><b>12</b></p> <p> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>13</b></p> <p> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>14</b> Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p><b>15</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p><b>16</b> Puré de Calabacín y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p><b>19</b> Brocoli Salteado Patatas Guisadas con Chorizo Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p><b>20</b> Paella de Verduras Magro en Salsa Patatas Dado</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p><b>21</b> Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p><b>22</b> Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p><b>23</b> Estofado de Patatas con Verduras Gallo al Horno Verduras Asadas</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta</p>
<p><b>26</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p><b>27</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Gallo al Horno Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p><b>28</b> Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p><b>29</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + 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** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**7** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**1** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Fideuá de Verduras ECO  
Gallo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**9** Estofado de Patatas con Verduras  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Pescado + 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** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Puré de Calabacín y Zanahoria  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**19** Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**20** Paella de Verduras  
Salchichas de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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

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

**23** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + 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  
Gallo al Horno  
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** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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.