

Lunes

1

Martes



FESTIVO

Miércoles

Jueves

Viernes

7 Crema de Zanahoria ECO
Pasta Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Arroz con Pollo
Gallo a la Riojana
Pimientos en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

9 Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

10 Coliflor Rehogada
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

11 Judías Pintas Estofadas
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Crema de Calabacín ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

16 Fideuá de Verduras
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17 Garbanzos Estofados con Chorizo
Tortilla Francesa
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18



FESTIVO

21 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23 Macarrones con Tomate
Gallo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

24 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

25 Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Crema de Verduras ECO
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

29 Arroz con Conejo
Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30 Menestra de Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + 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

1

- 7 Crema de Zanahoria ECO
Pasta Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 14 Crema de Calabacín ECO

Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 21 Estofado de Patatas con Verduras

Filete de Pollo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 28 Crema de Verduras ECO

Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Martes



FESTIVO

- 8 Arroz con Pollo
Gallo a la Riojana

Pimientos en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 15 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 22 Sopa de Marisco
Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 29 Arroz con Conejo

Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

2

- Espirales con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 9 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 16 Fideuá de Verduras

Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 23 Macarrones con Tomate
Gallo a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 30 Menestra de Verduras

Merluza a la Romana
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Salteado de Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 10 Coliflor a la Italiana
Palometa con Tomate

Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 17 Garbanzos Estofados con Verduras (100g garbanzos, 50 g patata) 3 R HC
Tortilla Francesa

Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 24 Lentejas Estofadas con Verduras
Croquetas de Pollo

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

4

- Arroz con Verduras
Rotti de Pavo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 11 Judías Pintas Estofadas
Filete de Pollo al Horno

Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

FESTIVO

18

- Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

1

- 7 Crema de Zanahoria ECO
Pasta con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 14 Crema de Calabacín ECO
Gallo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 21 Estofado de Patatas con Verduras
Merluza al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 28 Crema de Verduras ECO
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

Martes



FESTIVO

- 8 Arroz con Verduras
Gallo a la Riojana
Pimientos en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 22 Sopa de Marisco
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 29 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

2

- Espirales con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 9 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 16 Fideuá de Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 23 Macarrones con Tomate
Gallo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 30 Menestra de Verduras
Merluza a la Romana
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Jueves

3

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Salteado de Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

- 10 Coliflor a la Italiana
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 17 Garbanzos Estofados con Verduras (100g garbanzos, 50 g patata) 3 R HC
Tortilla Francesa
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 24 Lentejas Estofadas con Verduras
Ensalada Mixta
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

4

- Arroz con Verduras
Ensalada Mixta
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 11 Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa con Queso
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

FESTIVO

- 18 Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta



- 25 Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + 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 Espirales con Tomate Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	3 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Salteado de Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	4 Arroz Cinco Delicias Rotti de Pavo al Horno Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
7 Crema de Zanahoria ECO Tortellini con Carne Picada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	8 Arroz con Pollo Gallo a la Riojana Pimientos en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	9 Lentejas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	10 Coliflor a la Italiana Palometa con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Carne + Fruta	11 Judías Pintas Estofadas Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
14 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	15 Judías Blancas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	16 Fideuá de Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	17 Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	18  FESTIVO
21 Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Sopa de Marisco Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Macarrones con Tomate Gallo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	24 Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	25 Paella de Verduras Huevos Rellenos de Atún Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
28 Crema de Verduras ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	29 Arroz con Conejo Tortilla Francesa Berenjena ECO Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Menestra de Verduras Merluza a la Romana Ensalada de Tomate y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + 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

1

7 Crema de Zanahoria ECO
Pasta Boloñesa (Pasta Sin Gluten Sin Huevo)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

14 Crema de Calabacín ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

21 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Crema de Verduras ECO
Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

Martes



8 Arroz con Pollo
Gallo a la Riojana

Pimientos en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Arroz con Conejo
Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

2

Pasta sin Gluten Sin Huevo con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16 Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

23 Pasta sin Gluten Sin Huevo con Tomate
Gallo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

30 Menestra de Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

Estofado de Patatas con Verduras
Merluza al Horno
Salteado de Verduras
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

10 Coliflor Rehogada
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

17 Garbanzos Estofados con Chorizo
Tortilla Francesa
Champiñón al Ajillo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Crema de Calabacín ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

4

Arroz Cinco Delicias
Rotti de Pavo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Judías Pintas Estofadas
Lacón a la Gallega

Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18



Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + 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

1

7 Crema de Zanahoria ECO
Tortellini con Carne Picada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

14 Crema de Calabacín ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

21 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Crema de Verduras ECO
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Martes



FESTIVO

8 Arroz con Pollo
Gallo a la Riojana
Pimientos en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22 Sopa de Marisco
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Arroz con Conejo
Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

2

Espirales con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16 Fideuá de Verduras
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

23 Macarrones con Tomate
Gallo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

30 Menestra de Verduras
Merluza a la Romana
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

Estofado de Patatas con Verduras
Merluza al Horno
Salteado de Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

10 Coliflor a la Italiana
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

17 Garbanzos Estofados con Chorizo
Tortilla Francesa
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Crema de Calabacín ECO
Croquetas de Pollo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

4

Arroz Cinco Delicias
Rotti de Pavo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Judías Pintas Estofadas
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18



FESTIVO

25 Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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

1

- 7 Crema de Zanahoria ECO
Pasta Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 14 Crema de Calabacín ECO
Filete de Pollo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 21 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 28 Crema de Verduras ECO
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Martes



FESTIVO

- 8 Arroz con Pollo
Gallo a la Riojana
Pimientos en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 15 Estofado de Patatas con Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 22 Sopa de Marisco
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 29 Arroz con Conejo
Tortilla Francesa
Berenjena ECO Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

2

- Espirales con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 9 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 16 Fideuá de Verduras
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 23 Macarrones con Tomate
Gallo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 30 Calabacín ECO Gratinado
Merluza al Horno
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

- Estofado de Patatas con Verduras
Merluza al Horno
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 10 Coliflor a la Italiana
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 17 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla Francesa
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

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

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

4

- Arroz Campesina sin Guisantes
Filete de Pollo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 11 Sopa de Fideos
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

FESTIVO

- 18

- 25 Paella de Verduras
Huevos Rellenos de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + 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
	1	2	3	4
	 FESTIVO	Espirales con Tomate Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo al Horno Salteado de Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz Cinco Delicias Rotti de Pavo al Horno Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
7	8	9	10	11
Crema de Zanahoria ECO Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	Arroz con Pollo Salchichas de Pavo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Lentejas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Coliflor Rehogada Filete de Pollo al Horno Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	Judías Pintas Estofadas Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
14	15	16	17	18
Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	Fideuá de Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	 FESTIVO
21	22	23	24	25
Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Macarrones con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	Paella de Verduras Tortilla Francesa Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Carne + Fruta
28	29	30		
Crema de Verduras ECO Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Legumbre + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Berenjena ECO Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Menestra de Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Tomate y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada 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.