

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1



2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Paella Mixta.
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate
Croquetas de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Boquerones a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
Rabas de Calamar
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO
Merluza al Horno
 Guisantes Rehogados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Legumbre + Lácteo

3

Judías Blancas Estofadas con Verduras
 Tortilla Francesa con Atún
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Fillete de Pollo al Horno
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Paella Mixta.
 Merluza al Horno
 Verduras Asadas
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas Estofadas con Verduras
 Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

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

10

Estofado de Patatas con Verduras
 Bacalao con Tomate
 Guisantes Rehogados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
 Merluza a la Andaluza
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
 Albóndigas de Ternera en Salsa
 Patatas Dado en Guiso
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate
 Croquetas de Bacalao
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
 Rotti de Pavo al Horno
 Zanahoria en Guiso
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos al Gratén
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

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

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
 Boquerones a la Andaluza
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

Lentejas Estofadas con Verduras
 Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
 Rabas de Calamar
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
 Pollo Asado
 Patatas Panadera
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate
 Escalope de Merluza
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur de Soja**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

27

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo
Merluza al Horno
Verduras Asadas

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Crema de Calabacín ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Crema de Verduras ECO
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Pasta Sin Gluten al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Pasta Sin Gluten con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

15

Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Pasta Sin Huevo al Gratén
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

27

Lentejas con Chorizo
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

30

Pasta Sin Huevo con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Ave + 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

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

7

Arroz con Pollo
Salchichas de Pavo al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Ave + Fruta

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Tortilla Francesa con Queso
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Patata + Fruta

22

Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

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

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29

Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

30

Macarrones con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
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

6 Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

13 Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Arroz con Tomate
Croquetas de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

27 Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

7 Paella Mixta.
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

28 Arroz Campesina
Rabas de Calamar
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1



8 Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15 Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

22 Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

2 Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

9 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

23 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30 Macarrones con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

3 Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

10 Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta



24 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Boquerones a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

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

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

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

6 Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega

Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

13 Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Arroz con Tomate
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

7 Arroz con Pollo
Merluza al Horno

Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Rotti de Pavo al Horno

Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

28 Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

1



8 Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15 Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

22 Coditos con Tomate
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

29 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

9 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

23 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30 Macarrones con Tomate
Bacalao al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

10 Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate

Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

17



24 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + 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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO

Merluza al Horno

Guisantes Rehogados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo

Tortilla Francesa con Atún

Calabacín Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes Rehogadas

Lacón a la Gallega

Patatas Panadera

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Paella Mixta sin Tomate

Merluza al Horno

Verduras Asadas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas con Chorizo

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido

Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana

Bacalao al Horno

Guisantes Rehogados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo sin Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras

Pollo al Ajillo

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina Sin Tomate

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO

Filete de Pollo al Horno

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz Rehogado

Merluza al Horno

Calabacín Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas Sin Tomate

Rottí de Pavo al Horno

Zanahoria en Guiso

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Pasta Rehogada con Queso

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido

Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas

Bacalao al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

Lentejas con Chorizo

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina Sin Tomate

Rabas de Calamar

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Coliflor a la Italiana

Pollo Asado

Patatas Panadera

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Pasta Salteada

Bacalao al Horno

Calabacín Rehogado

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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo
Salchichas de Pavo al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana
Bacalao con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Rottí de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO

Filete de Pollo al Horno

Guisantes Rehogados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

3

Judías Blancas Estofadas con Verduras

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate

Filete de Pollo al Horno

Patatas Panadera

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

7

Arroz con Pollo

Salchichas de Pavo al Horno

Verduras Asadas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas Estofadas con Verduras

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

9

Sopa de Fideos

Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Estofado de Patatas con Verduras

Tortilla Francesa con Queso

Guisantes Rehogados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO

Albóndigas de Ternera en Salsa

Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate

Tortilla Francesa con Queso

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras

Rotti de Pavo al Horno

Zanahoria en Guiso

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Patata + Fruta

22

Coditos al Gratén

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Fideos

Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

Lentejas Estofadas con Verduras

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

28

Arroz Campesina

Salteado de Verduras

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29

Crema de Verduras ECO

Pollo Asado

Patatas Panadera

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

30

Macarrones con Tomate

Salchichas de Pavo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

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.