

## Lunes

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

- 1 Sopa de Coliflor.  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Estofado de Patatas con Verduras  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

- 23 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 10 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

- 1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos con Tomate  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + 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

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

- 1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16 Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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**

1 Sopa de Coliflor  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

3 **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta  
8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo  
9 Arroz del Señoret  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

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

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo  
11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo  
14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta  
15 **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta  
16 Lentejas con Chorizo  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo  
17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta  
18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo  
21 Lentejas Estofadas con Verduras  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta  
22 Arroz con Tomate  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo  
23 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta  
24 **Pasta Sin Huevo con Atún**  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta  
25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo  
28 Judías Verdes con Tomate  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta  
29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo  
30 **Fideuá de Verduras (pasta S/Gluten S/Huevo)**  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta  
31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

## Lunes

7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

21 Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

28 Judías Verdes con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Pasta Sin Gluten al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

22 Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

9 Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

30 Fideuá de Verduras (pasta S/Gluten S/Huevo)  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

3 Pasta Sin Gluten al Gratén  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

10 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

24 Pasta Sin Gluten con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

25 Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Cebolla Asada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Martes

- 1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Patatas a la Riojana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos al Gratén  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz con Verduras  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Salchichas de Pavo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**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

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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

- 7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 28 Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

- 1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 8 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 15 Coditos con Tomate  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 22 Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 2 Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 9 Arroz del Señor et  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

- 3 Espaguetis con Tomate  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

- 17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24 Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 31 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 4 Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + 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**

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**28** Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**Martes**

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**8** Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**Miércoles**

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**23** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**Jueves**

**3** Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**24** Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**Viernes**

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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

7 Crema de Zanahoria ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

28 Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Martes

1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

8 Estofado de Patatas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Coditos al Gratén  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

22 Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

2 Garbanzos a la Catalana  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

9 Arroz con Verduras  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

23 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

30 Fideuá de Verduras ECO  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

10 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

17 Paella de Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

24 Macarrones con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

31 Sopa de Arroz  
**Tortilla Francesa con Queso**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Viernes

4 Guisantes a la Sevillana  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

18 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Patata + Lácteo

25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**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

7 Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

28 Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

1 Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

8 Patatas a la Riojana  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Coditos al Gratén  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

22 Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

2 Garbanzos a la Catalana  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

9 Arroz con Verduras  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

30 Fideuá de Verduras ECO  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

3 Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

17 Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

24 Macarrones con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

4 Guisantes a la Sevillana  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

18 Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

25 Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega

Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Brócoli Salteado  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**28** Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

**1** Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**8** Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Coditos con Tomate  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

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

Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

**3** Espaguetis con Tomate  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Fideos  
Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**24** Macarrones con Atún  
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa

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

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno

Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + 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.