

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

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

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

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

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

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

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

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

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

26 Menestra de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera

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

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Maíz

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

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

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

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

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

12 

13 

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

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

16 Puré de Calabacín y Zanahoria
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

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

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

22 **Pasta Sin Huevo con Atún**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

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

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

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

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

29 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

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

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

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

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

12

FESTIVO

13

FESTIVO

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

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

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

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

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

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

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

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

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

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

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

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

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

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

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

12  **FESTIVO**

13  **FESTIVO**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

26 Menestra de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

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

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

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

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

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>5 Guiso de Verduras ECO con Patatas</p> <p>Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>6 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Cinta de Lomo Adobado al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>7 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Pollo Asado Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>1 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>2 Crema de Zanahoria ECO Gallo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>12</p> <p> FESTIVO</p>	<p>13</p> <p> FESTIVO</p>	<p>14 Arroz con Tomate Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>15 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>16 Puré de Calabacín y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>19 Brócoli Salteado</p> <p>Lentejas con Chorizo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>20 Paella de Verduras Magro en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>21 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>22 Macarrones con Atún Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>23 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>26 Menestra de Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>27 Judías Pintas Estofadas Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>28 Papas con Choco Flamenquines Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>29 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

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

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

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

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

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

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

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

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

26 Menestra de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera

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

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Maíz

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

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

mediterránea

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

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>5 Guiso de Verduras ECO con Patatas</p> <p>Tortilla Francesa con Atún</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>6 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</p> <p>Cinta de Lomo Adobado al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>7 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Pollo Asado</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>1 Sopa de Cocido</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>2 Crema de Zanahoria ECO</p> <p>Gallo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>12</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>14 Arroz con Tomate</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>15 Sopa de Cocido</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>16 Puré de Calabacín y Zanahoria</p> <p>Tortilla de Patata con Cebolla</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>19 Brócoli Salteado</p> <p>Lentejas con Chorizo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>20 Paella de Verduras</p> <p>Magro en Salsa</p> <p>Patatas Dado</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>21 Crema de Zanahoria ECO</p> <p>San Jacobo de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>22 Macarrones con Atún</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>23 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Gallo al Horno</p> <p>Verduras Asadas</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>26 Menestra de Verduras</p> <p>Lacón a la Gallega</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>27 Judías Pintas Estofadas</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>28 Estofado de Patatas con Verduras</p> <p>Flamenquines</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>29 Sopa de Cocido</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Salchichas de Pavo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

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

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

2 Crema de Zanahoria ECO
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Carne + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

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

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

16 Puré de Calabacín y Zanahoria
Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

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

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

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

22 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
 Verduras Asadas
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

27 Judías Pintas Estofadas
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

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

29 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
 Cocido Completo con Verduras
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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

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

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

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

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

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

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

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

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

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

22 Macarrones con Atún
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

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

26 Menestra de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera

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

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Maíz

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

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Tortilla Francesa con Atún
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Paella de Verduras y Marisco
Croquetas de Jamón
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

2 Crema de Zanahoria ECO
Crujiente de Bacalao
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Escalope de Merluza
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

16 Puré de Calabacín y Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

19 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Lentejas con Chorizo
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

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

21 Crema de Zanahoria ECO
San Jacobo de Pollo
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22 Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

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

26 **Crema de Calabacín ECO**
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Flamenquines
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

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

mediterránea

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

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>5 Guiso de Verduras ECO con Patatas</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>6 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</p> <p>Cinta de Lomo Adobado al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>7 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Pollo Asado</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>	<p>1 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>2 Crema de Zanahoria ECO</p> <p>Gallo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Patata + Ave + Fruta</p>
<p>12</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>14 Arroz con Tomate</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>15 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>16 Puré de Calabacín y Zanahoria</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>19 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate</p> <p>Lentejas con Chorizo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>20 Paella de Verduras</p> <p>Magro en Salsa</p> <p>Patatas Dado</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Crema de Zanahoria ECO</p> <p>San Jacobo de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>22 Pasta Sin Huevo con Atún</p> <p>Cinta de Lomo Adobado al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>23 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Verduras Asadas</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>26 Menestra de Verduras</p> <p>Lacón a la Gallega</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>27 Judías Pintas Estofadas</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>28 Papas con Choco</p> <p>Flamenquines</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial</p> <p>Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>	

mediterránea

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

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Tortilla Francesa con Atún
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Paella de Verduras y Marisco
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

7 **Crema de Zanahoria ECO**
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

1 **Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento**
Cocido Completo con Verduras

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

2 Crema de Zanahoria ECO
Gallo al Horno
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14 Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

15 **Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento**
Cocido Completo con Verduras

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

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

19 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate
Lentejas con Chorizo
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

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

21 Crema de Zanahoria ECO
Filete de Pollo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

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

23 **Estofado de Patatas con Verduras**
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Menestra de Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

27 Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

28 Papas con Choco
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 **Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento**
Cocido Completo con Verduras

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

mediterránea

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

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