

Lunes

- 2 Lentejas Estofadas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9 Brócoli Rehogado con Ajitos
 Espirales con Atún
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 16 Lentejas Castellanas
 Abadejo a la Bilbaina
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 23 Arroz a Banda
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 Macarrones al Ajillo
 Salmón en Salsa de Eneldo
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 10 Sopa de Cocido
 Cocido Completo
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24 Sopa de Cocido
 Cocido Completo
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Zanahoria ECO
Cinta de Lomo Fresca al Horno
 Champiñón Rehogado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 11 Menestra de Verduras a la Riojana
 Pollo Asado
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18 **Pasta al Ajillo**
 Albóndigas de Pollo en Salsa
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 25 Macarrones con Tomate
 Merluza a la Gallega
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 5 Arroz con Tomate
 Merluza a la Riojana
 Pimientos Asados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
 Tortilla de Patata con Cebolla.
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 19 Crema de Calabacín ECO
 Palometa con Tomate
 Arroz Pilaf
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 26 **Coliflor en ajada**
 Lentejas Con Arroz
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Garbanzos Estofados con Verduras
 Tortilla Francesa
 Tomate Aliñado con AOVE
 Pan y Agua
Yogur de Soja

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13 Arroz con Tomate
 Merluza al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Arroz Campesina
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27 Papas con Choco
 Tortilla Francesa con Atún
 Tomate Aliñado con AOVE
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada

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

- 2 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 9 Brócoli Rehogado con Ajitos
Pasta Sin Gluten ni Soja con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 16 Estofado de Patatas con Verduras
Abadejo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 23 Arroz a Banda
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 Pasta Sin Gluten al Ajillo
Salmón en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Zanahoria ECO
Lomo al Pepe
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 11 Menestra de Verduras a la Riojana
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 25 Pasta Sin Gluten con Tomate
Merluza a la Gallega
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 5 Arroz con Tomate
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 19 Crema de Calabacín ECO
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 26 Coliflor Gratinada
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Sin Gluten y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27 Papas con Choco
Tortilla Francesa con Atún
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

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

2 Estofado de Patatas con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9 Brócoli Rehogado con Ajitos
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

16 Estofado de Patatas con Verduras
Abadejo a la Bilbaina
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

23 Arroz a Banda
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

3 Macarrones al Ajillo
Salmón en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

10 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

4 Crema de Zanahoria ECO
Lomo al Pepe
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

11 Menestra de Verduras a la Riojana
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

18 Codos con salsa al Pepe
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

25 Macarrones con Tomate
Merluza a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

5 Arroz con Tomate
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

19 Crema de Calabacín ECO
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

26 Coliflor Gratinada
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

6 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

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

Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27 Papas con Choco
Tortilla Francesa con Atún
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 2 Lentejas Estofadas con Verduras
Croquetas de Jamón
Calabacín Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9 Brócoli Rehogado con Ajos
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 16 Lentejas Castellanas
Abadejo a la Bilbaina
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 23 Arroz a Banda
Pollo al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 Macarrones al Ajillo
Salmón en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 10 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Zanahoria ECO
Lomo al Pepe
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 11 Menestra de Verduras a la Riojana
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18 Codos con salsa al Pepe
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 25 Macarrones con Tomate
Merluza a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 5 Arroz con Tomate
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 19 Crema de Calabacín ECO
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 26 Coliflor Gratinada
Lentejas Con Arroz
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27 **Papas con Choco sin Tomate**
Tortilla Francesa con Atún
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 2** Lentejas Estofadas con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9** Brócoli Rehogado con Ajos
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 16** Lentejas Castellanas
Abadejo a la Bilbaina
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 23** Arroz a Banda
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Macarrones al Ajillo
Salmón en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 10** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** Crema de Zanahoria ECO
Lomo al Pepe
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 11** Menestra de Verduras a la Riojana
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

- 18** Codos con salsa al Pepe
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 25** Macarrones con Tomate
Merluza a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 5** Arroz con Tomate
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 19** Crema de Calabacín ECO
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 26** Coliflor Gratinada
Lentejas Con Arroz
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6** Garbanzos Estofados con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

- 13** Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20** Arroz Campesina
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27** Papas con Choco
Caballa en Aceite
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 2 Lentejas Estofadas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9 Brócoli Rehogado con Ajos
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 16 Lentejas Castellanas
Abadejo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 23 Arroz a Banda
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 Macarrones al Ajillo
Salmón en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 10 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Zanahoria ECO
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 11 Menestra de Verduras a la Riojana
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18 Pasta al Ajillo
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 25 Macarrones con Tomate
Merluza a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 5 Arroz con Tomate
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 19 Crema de Calabacín ECO
Palometa con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 26 Coliflor en ajada
Lentejas Con Arroz
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27 Papas con Choco
Tortilla Francesa con Atún
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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.