

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>3</b> Crema de Coliflor Flamenquines Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>4</b> Arroz Campesina Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>5</b> Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Calabacín ECO Gratinado Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>7</b> Guisantes Rehogados Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>10</b> Salteado de Berenjena y Calabacín ECO Lentejas con Pollo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>11</b> Puré de Patata Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>12</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Pasta Napolitana Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>14</b> Rissoto de Champiñón Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>17</b> Crema de Champiñón Calamares a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>18</b> Salteado de Verduras Potaje de Garbanzos con Bacalao Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>19</b> Espirales con Atún Pollo Asado Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>21</b> Arroz a Banda Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>24</b> Sopa de Fideos Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>25</b> Arroz con Tomate Sardinas al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>26</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Macarrones con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>28</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta
<b>31</b> Ensaladilla Rusa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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
<b>3</b> Crema de Coliflor Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>4</b> Arroz Campesina Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>5</b> Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Calabacín ECO Gratinado Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>7</b> Guisantes Rehogados Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>10</b> Salteado de Berenjena y Calabacín ECO Lentejas Estofadas con Verduras Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>11</b> Puré de Patata Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>12</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Pasta Napolitana Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>14</b> Rissoto de Champiñón Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta
<b>17</b> Crema de Champiñón Calamares a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>18</b> Salteado de Verduras Potaje de Garbanzos con Bacalao Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>19</b> Espirales con Atún Merluza al Horno Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>21</b> Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Sopa de Fideos Tortilla Francesa con Queso Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>25</b> Arroz con Tomate Sardinas al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>26</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Macarrones con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Verduras ECO Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta
<b>31</b> Ensaladilla Rusa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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

- 3** Crema de Verduras ECO  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Martes

- 4** Arroz Campesina  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo  
Garbanzos Estofados con Chorizo  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

- 10** Salteado de Verduras  
Lentejas con Pollo  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 11** Puré de Patata  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO  
Tallarines a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras  
Salchichas de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Tomate  
Pollo Asado  
Dados de Calabaza ECO  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz Campesina  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos  
Carcamusas  
Guisantes (dentro del Guiso)  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa sin Pescado  
San Jacobo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**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

- 3** Crema de Verduras ECO  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 10** Salteado de Verduras  
Lentejas con Pollo  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria  
Cazón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos  
Carcamusas  
Guisantes (dentro del Guiso)  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa sin Mayonesa  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

## Martes

- 4** Arroz Campesina  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 11** Puré de Patata  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 18** Salteado de Verduras  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Patatas Dado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 25** Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo**12**

- 19** Espirales con Tomate  
Pollo Asado  
Dados de Calabaza ECO  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

- 6** Crema de Calabacín ECO.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** Crema de Calabacín ECO  
Tallarines con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

- 27** Macarrones con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Viernes

- 7** Guisantes Rehogados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

- 14** Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 21** Arroz Campesina  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Patata + 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

- 3** Crema de Verduras ECO  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Martes

- 4** Arroz Campesina  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Jueves

- 6** Crema de Calabacín ECO.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Viernes

- 7** Guisantes Rehogados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Zanahorias al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO  
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria  
Cazón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Patatas Dado en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 19** Pasta Sin Gluten con Tomate  
Pollo Asado  
Dados de Calabaza ECO  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz Campesina  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos.(Fideos s/gluten)  
Carcamusas  
Guisantes (dentro del Guiso)  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Pasta Sin Gluten con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Verduras Asadas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa sin Mayonesa  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**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.