

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>9</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>10</b> Pasta con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes Rehogadas con Patata Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>13</b> Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>16</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>17</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>18</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>19</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>20</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>23</b> Macarrones con Salsa de Calabaza Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>24</b> Lentejas Con Arroz Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>25</b> Menestra de Verduras Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	<b>26</b> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>27</b> Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
<b>30</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Panadera 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>9</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>10</b> Pasta con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes Rehogadas con Patata <b>Croquetas de Bacalao</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>12</b> <b>Lentejas Estofadas con Verduras</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>13</b> Arroz Campesina <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>16</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>17</b> Garbanzos Estofados con Patata <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>18</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>20</b> Coliflor a la Italiana <b>Caballa en Aceite</b> Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta
<b>23</b> Macarrones con Salsa de Calabaza Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>24</b> Lentejas Con Arroz <b>Ensalada Mixta</b> <b>Champiñón Rehogado</b> Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>25</b> <b>Menestra de Verduras</b> Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>26</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Garbanzos Estofados con Verduras</b> Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>27</b> Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
<b>30</b> Arroz con Tomate <b>Merluza al Horno</b> Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + 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>9</b> Pasta con Tomate Tortilla Francesa con Queso Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>10</b> Pasta con Tomate Tortilla Francesa con Queso Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes Rehogadas con Patata Salchichas Mixtas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>13</b> Arroz Campesina Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>16</b> Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>17</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>18</b> Arroz con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>19</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>20</b> Estofado de Patatas con Verduras Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>23</b> Macarrones con Salsa de Calabaza Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>24</b> Lentejas Con Arroz Carcamusas Guisantes (dentro del Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>25</b> Menestra de Verduras con York y Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	<b>26</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>27</b> Crema de Zanahoria ECO Patatas Guisadas con Magro Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
<b>30</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + 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.