

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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	6	7	8	9
			Arroz con Tomate <b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b> Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural <b>Verdura + Ave + Lácteo</b> <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Pasta + Verdura + Fruta</b> <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta
12	13	14	15	16
Coliflor en ajada <b>Macarrones con Tomate</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Verdura + Patata + Fruta</b> <b>Cena:</b> Verdura + Patata + Fruta	Arroz Campesina <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Patata + Ave + Lácteo</b> <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	Coditos con Tomate <b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Verdura + Ave + Fruta</b> <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Pasta + Verdura + Lácteo</b> <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos a la Catalana <b>Filete de Pollo al Horno</b> <b>Calabacín Rehogado</b> Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Patata + Huevo + Fruta</b> <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Arroz + Verdura + Fruta</b> <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	Judías Blancas Estofadas con Verduras <b>Salchichas de Pavo al Horno</b> Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Verdura + Carne + Lácteo</b> <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Pasta + Verdura + Fruta</b> <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz con Tomate <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Carne + 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.