

Lunes

- 3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

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

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Pollo Asado
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12 Macarrones con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Papas con Choco
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
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.

Lunes

- 3 Crema de Verduras ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Merluza al Horno
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Legumbre + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 26 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

- 6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 13 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Palometa al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Papas con Choco
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
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.

Lunes

- 3 Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

- 10 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 17 Espirales con Verdura y Tomate
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

- 4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12 Macarrones con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 19 Arroz con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6 Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 13 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

Viernes

- 7 Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 14 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 21 Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28 Estofado de Patatas con Verduras
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + 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.