

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras <b>Salchichas de Pavo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>3</b> Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>4</b> Crema de Zanahoria ECO <b>Filete de Pollo al Horno</b> Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>5</b> Arroz con Tomate Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>9</b> Brócoli Rehogado con Ajitos Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>10</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> <b>Menestra de Verduras</b> Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>16</b> Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>17</b> Judías Verdes con Tomate <b>Filete de Pollo al Horno</b> Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Coditos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Crema de Calabacín ECO Palometa con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	<b>20</b> Arroz Campesina Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>23</b> Arroz a Banda Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Macarrones con Tomate Merluza a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Papas con Choco Tortilla Francesa con Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>3</b> Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>4</b> Crema de Zanahoria ECO <b>Caballa en Aceite</b> Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>5</b> Arroz con Tomate Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>6</b> Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>9</b> Brócoli Rehogado con Ajitos Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>10</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Garbanzos Estofados con Verduras</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> <b>Menestra de Verduras</b> <b>Abadejo al Horno.</b> Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta
<b>16</b> Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>17</b> Judías Verdes con Tomate <b>Merluza al Horno</b> Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>18</b> Coditos con salsa al Pepe <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>19</b> Crema de Calabacín ECO Palometa con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>20</b> Arroz Campesina Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>23</b> Arroz a Banda <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Garbanzos Estofados con Verduras</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Macarrones con Tomate Merluza a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>26</b> Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Papas con Choco Tortilla Francesa con Atún Tomate Aliñado con AOVE 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>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras <b>Salchichas de Pavo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>3</b> Macarrones al Ajillo <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>4</b> Crema de Zanahoria ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>5</b> Arroz con Tomate <b>Filete de Pollo al Horno</b> Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>9</b> Brócoli Rehogado con Ajitos <b>Espirales con Tomate</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>10</b> Sopa de Cocido Cocido Completo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>11</b> Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>13</b> Arroz con Tomate <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>16</b> Lentejas Castellanas <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>17</b> Judías Verdes con Tomate Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>18</b> Códigos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Crema de Calabacín ECO <b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b> Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	<b>20</b> Arroz Campesina Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>23</b> <b>Arroz con Verduras</b> Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>24</b> Sopa de Cocido Cocido Completo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Macarrones con Tomate <b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b> Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>26</b> Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>27</b> <b>Estofado de Patatas con Verduras</b> <b>Tortilla Francesa</b> Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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.