

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Gallo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

5 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

6**7****8**

1 Macarrones con Tomate
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11 Macarrones con Tomate
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

12 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz a Banda.
Rotti de Pavo al Horno.
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Sopa de Picadillo de Pollo
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

15 Crema de Calabacín ECO.
Filetes Rusos con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

18 Garbanzos Encebollados.
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19 Tallarines a la Boloñesa
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

22 Ensalada Mixta
Hamburguesa de Ternera Completa
Patatas Fritas
Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños
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

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Pochas con Chistorra.
Magras con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

5 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

6 
FESTIVO

7 
FESTIVO

1 Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

8 
FESTIVO

11 Macarrones con Tomate
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

12 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz a Banda.
Rotti de Pavo al Horno.
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Sopa de Picadillo de Pollo
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

15 Crema de Calabacín ECO.
Filetes Rusos con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

18 Garbanzos Encebollados.
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19 Tallarines a la Boloñesa
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

22 **Ensalada Mixta**
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Macedonia de Fruta Casera y Yogur de Soja
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

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Pochas con Chistorra.
Magras con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

5 Arroz con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

6 
FESTIVO

7 
FESTIVO

1 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8 
FESTIVO

11 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

12 Lentejas Estofadas con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz a Banda.
Rotti de Pavo al Horno.
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

14 **Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo)**
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

15 Crema de Calabacín ECO.
Filetes Rusos con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

18 Garbanzos Encebollados.
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19 **Pasta Sin Huevo Boloñesa**
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

22 Entremeses Fríos (York, Chorizo y Salchichón)
Hamburguesa de Ternera al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Macedonia de Fruta Casera 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

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Pochas con Chistorra.
Magras con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

5 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

6

FESTIVO

7

FESTIVO

11 Macarrones con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

12 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Rotti de Pavo al Horno.
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Sopa de Picadillo de Pollo
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

18 Garbanzos Encebollados.
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19 Tallarines a la Boloñesa
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

1 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

FESTIVO

15 Crema de Calabacín ECO.
Filetes Rusos con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

22 Entremeses Fríos (York, Chorizo y Salchichón)
Hamburguesa de Ternera Completa
Patatas Fritas
Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños
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.