

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

5 Arroz Campesina.  
Tortilla Francesa.  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

6 Lentejas Estofadas con Verduras.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7 Fideuá de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

1 Crema de Calabacín ECO.  
Tortilla Francesa con Queso.  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

2 Macarrones Gratinados  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

12   
**FESTIVO**

13   
**FESTIVO**

14 Arroz con Tomate  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

19 Arroz con Verduras  
Medallón de Bacalao  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

20 Crema de Zanahoria ECO.  
San Jacobo de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

21 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

22 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23 Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

26 Paella de Verduras.  
Gallo al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

27 Menestra de Verduras  
Tortilla Francesa con Queso.  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

28 Judías Pintas Estofadas.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

29 Papas con Choco  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

5 Arroz Campesina.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

6 Crema de Verduras ECO.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7 Pasta Sin Gluten con Verduras  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

1 Crema de Calabacín ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

2 Pasta Sin Gluten al Gratén  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

12   
FESTIVO

13   
FESTIVO

14 Arroz con Tomate  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

19 Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

20 Crema de Zanahoria ECO.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

21 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

23 Pasta Sin Gluten con Atún  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

26 Paella de Verduras.  
Gallo al Horno  
Verduras Asadas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

27 Menestra de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

28 Judías Pintas Estofadas.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

29 Papas con Choco  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

5 Arroz Campesina.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

6 Lentejas Estofadas con Verduras.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7 Fideuá de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

1 Crema de Calabacín ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

2 **Macarrones con Tomate**  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

12   
**FESTIVO**

13   
**FESTIVO**

14 Arroz con Tomate  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

19 Arroz con Verduras  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

20 Crema de Zanahoria ECO.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

21 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

23 Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

26 Paella de Verduras.  
Gallo al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

27 Menestra de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

28 Judías Pintas Estofadas.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

29 Papas con Choco  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada 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

**5** Arroz Campesina.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**6** Lentejas Estofadas con Verduras.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**7** **Pasta Sin Huevo con Verduras**  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**1** Crema de Calabacín ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**2** **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**12**  
  
**FESTIVO**

**13**  
  
**FESTIVO**

**14** Arroz con Tomate  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Judías Verdes Rehogadas  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**19** Arroz con Verduras  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

**20** Crema de Zanahoria ECO.  
San Jacobo de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**21** Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

**23** **Pasta Sin Huevo con Atún**  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Lácteo

**26** Paella de Verduras.  
Gallo al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**27** Menestra de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**28** Judías Pintas Estofadas.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

**29** Papas con Choco  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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

5 Arroz Campesina.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

6 Lentejas Estofadas con Verduras.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7 Fideuá de Verduras ECO.  
**Caballa en Aceite**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

1 Crema de Calabacín ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

2 Macarrones Gratinados  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

12   
**FESTIVO**

13   
**FESTIVO**

14 Arroz con Tomate  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

16 Judías Verdes Rehogadas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

19 Arroz con Verduras  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

20 Crema de Zanahoria ECO.  
San Jacobo de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

21 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
**Gallo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

23 Macarrones con Atún  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

26 Paella de Verduras.  
Gallo al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

27 Menestra de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

28 Judías Pintas Estofadas.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Pimiento Rojo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

29 **Estofado de Patatas con Verduras.**  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**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.