

Lunes

3



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

7

Arroz con Verduras
Palometa con Tomate.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta10 **Pasta Sin Gluten con Tomate**

Hamburguesa de Atún
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta11 **Estofado de Patatas con Verduras.**

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz con Tomate.

Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.

Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Verdura + Fruta17 **Pasta Sin Gluten con Tomate**

Salmón a la Naranja

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.

Albóndigas de Ternera en Salsa.
Patatas Dado

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras.

Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta21 **Crema de Verduras ECO.**

Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta24 **Pasta Sin Gluten con Tomate**

Caballa en Aceite
Pimientos Asados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo25 **Crema de Zanahoria ECO.**

Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Arroz con Tomate.

Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.

Pollo al Ajillo
Patatas Dado

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

28 Potaje de Garbanzos Estofados.

Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta31 **Pasta Sin Gluten con Tomate**

Marmitako de Salmón.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

7

Arroz con Verduras
Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Espirales con Tomate.
Hamburguesa de Atún
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

11 Lentejas con Chorizo.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz con Tomate.
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

17 Macarrones con Tomate
Hamburguesa de Atún
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.
Albóndigas de Ternera en Salsa.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras.
Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

21 Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

24 Coditos con Tomate
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Ternera al Horno.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Arroz con Tomate.
Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.
Pollo al Ajillo
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

28 Potaje de Garbanzos Estofados.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

31 Macarrones con Tomate
Marmitako de Salmón.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.

Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana

Pollo Asado

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

7

Arroz con Verduras

Palometa con Tomate.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo10 **Pasta Sin Huevo con Tomate**

Hamburguesa de Atún

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Lentejas con Chorizo.

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz con Tomate.

Merluza en Salsa Verde

Guisantes Rehogados.

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.

Lacón a la Gallega

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Palometa al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Verdura + Fruta17 **Pasta Sin Huevo con Tomate**

Salmón a la Naranja

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.

Albóndigas de Ternera en Salsa.

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras.

Merluza al Horno.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Cinta de Lomo Fresca al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

21 Lentejas Castellanas

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta24 **Pasta Sin Huevo con Tomate**

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras.

Hamburguesa de Ternera al Horno.

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Arroz con Tomate.

Merluza al Horno.

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.

Pollo al Ajillo

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

28 Potaje de Garbanzos Estofados.

Cinta de Lomo Adobado al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta31 **Pasta Sin Huevo con Tomate**

Marmitako de Salmón.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

7

Arroz con Verduras
Palometa con Tomate.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Pasta Sin Gluten con Tomate

Hamburguesa de Atún
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

11 Estofado de Patatas con Verduras.

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz con Tomate.

Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.

Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

17 Pasta Sin Gluten con Tomate

Salmón a la Naranja

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.

Albóndigas de Ternera en Salsa.
Patatas Dado

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras.

Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

21 Crema de Verduras ECO.

Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

24 Pasta Sin Gluten con Tomate

Caballa en Aceite
Pimientos Asados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

25 Crema de Zanahoria ECO.

Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Arroz con Tomate.

Merluza al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.

Pollo al Ajillo
Patatas Dado

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

28 Potaje de Garbanzos Estofados.

Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

31 Pasta Sin Gluten con Tomate

Marmitako de Salmón.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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.