

## 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

**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

**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.

## 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 + Lácteo12 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 + Lácteo18 Crema de Calabacín ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa.

Patatas Dado

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta19 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 + 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 + Fruta26 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.