

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Lentejas Guisadas "de la Abuela". Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Croquetas de Bacalao Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur
5 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave. Alubias Suaves. Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Crema de Zanahoria ECO. <i>Tortilla Francesa.</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Macarrones Integrales con salsa al Pepe <i>Palometa con Tomate.</i> Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) <i>Tortilla de Patata con Cebolla.</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 <i>Estofado de Patatas con Verduras.</i> Merluza a la Marinera. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur
12 	13 Espirales integrales con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Coliflor a la Gallega <i>Merluza a la Gallega.</i> <i>Ensalada</i> Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Arroz con Calamares. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur
19 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno. Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Lentejas Castellanas. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Crema Fina de Patata. <i>Tortilla Francesa.</i> <i>Ensalada</i> Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur
26 Arroz Pizzero. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras <i>Tortilla de Patata con Cebolla.</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	29 Crema de Zanahoria ECO y Manzana. <i>Merluza a la Marinera.</i> Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Sopa de Arroz con Calamares. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur

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
			1 Lentejas Guisadas "de la Abuela". Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Croquetas de Bacalao Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur
5 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave. Alubias Suaves. Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Crema de Zanahoria ECO. Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Pollo al Ajillo Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) <i>Tortilla de Patata con Cebolla.</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 <i>Estofado de Patatas con Verduras.</i> Merluza a la Marinera. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur
12	13 Espirales integrales con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Arroz con Calamares. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur
19 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno. Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Lentejas Castellanas. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Crema Fina de Patata. Albóndigas de Pollo Estofadas Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur
26 Arroz Pizzero. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras <i>Tortilla de Patata con Cebolla.</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	29 Crema de Zanahoria ECO y Manzana. Pollo Asado Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Sopa de Arroz con Calamares. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur

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 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave. Alubias Suaves. Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		6 Crema de Zanahoria ECO. Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		7 Pasta s/gluten ni huevo con salsa al Pepe Pollo al Ajillo Patatas Panadera. Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		1 Crema de Calabacín ECO. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera		2 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Yogur	
12 		13 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		14 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		8 Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera		9 Patatas a la Riojana. Merluza a la Marinera. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Yogur	
19 Sopa de la Huerta (Fideos sin gluten ni Huevo) Garbanzos Crujientes al Horno. Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		20 Crema de Verduras ECO. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		21 Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		15 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera		16 Arroz con Calamares. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Yogur	
26 Arroz Pizzero. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		27 Pasta s/gluten ni huevo con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		28 Estofado de Patatas con Verduras. Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada		22 Crema Fina de Patata. Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera		23 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Abadejo al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Yogur	
30 Sopa de Arroz con Calamares. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Yogur				29 Crema de Zanahoria ECO y Manzana. Pollo Asado Patatas Panadera. Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera					

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	
							</		

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Alubias Suaves.	6	Crema de Zanahoria ECO. Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	7	Pasta Sin Gluten ni Huevo Salteada Pollo al Ajillo Patatas Panadera. Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	1	Crema de Calabacín ECO. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	2	Arroz con Salsa de Pimientos Asados Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Yogur de Soja
	Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada								
12	FESTIVO	13	Pasta Sin Gluten ni Huevo con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	14	Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	8	Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	9	Patatas a la Riojana. Merluza a la Marinera. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Yogur de Soja
19	Sopa de la Huerta (Fideos sin gluten ni Huevo) Garbanzos Crujientes al Horno.	20	Crema de Verduras ECO. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	21	Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	15	Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	16	Arroz con Calamares. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Yogur de Soja
	Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada								
26	Arroz con Tomate. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)	27	Pasta s/gluten ni huevo con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	28	Estofado de Patatas con Verduras. Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	22	Crema Fina de Patata. Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	23	Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Abadejo al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Yogur de Soja
	Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada								
29	Crema de Zanahoria ECO y Manzana. Pollo Asado Patatas Panadera. Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	30	Sopa de Arroz con Calamares. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Yogur de Soja						

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 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Alubias Suaves. Pan y Agua Fruta de Temporada 12  19 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno. Pan y Agua Fruta de Temporada 26 Arroz con Tomate. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Crema de Zanahoria ECO. Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada 13 Espirales integrales con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada 20 Lentejas Castellanas. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada 27 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Pasta (integral) Salteada Pollo al Ajillo Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada 14 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada 21 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada 28 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	1 Lentejas Guisadas "de la Abuela". Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera 8 Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera 15 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera 22 Crema Fina de Patata. Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera 29 Crema de Zanahoria ECO y Manzana. Pollo Asado Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur de Soja 9 Patatas a la Riojana. Merluza a la Marinera. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur de Soja 16 Arroz con Calamares. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur de Soja 23 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Abadejo al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur de Soja 30 Sopa de Arroz con Calamares. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur de Soja

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 Rehogado. Alubias Suaves Sin Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Crema de Zanahoria ECO. Arroz Rehogado con salchichas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Pollo al Ajillo Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada	1 Lentejas Guisadas "de la Abuela" (sin tomate) Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Arroz Rehogado. Croquetas de Bacalao Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur
12 	13 Pasta Rehogada con Atún Huevos cocidos en Salsa Española Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Coliflor a la Gallega Cinta de Lomo Fresca al Horno Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) sin tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 Patatas a la Riojana. Merluza al Horno. Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur
19 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno (sin tomate) Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Lentejas Castellanas sin tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata.(sin tomate) Tortilla Francesa. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Arroz Rehogado. Palometa al Horno. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur
26 Arroz Rehogado. Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) sin tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Pasta Salteada Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Lentejas Hortelanas sin Tomate Abadejo al Limón. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Crema Fina de Patata. Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Coliflor Rehogada Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur
			29 Crema de Zanahoria ECO y Manzana. Pollo Asado Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Sopa de Arroz con Calamares sin tomate Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Yogur

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.