

Lunes

- 3 Crema de Coliflor
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 597 **Lip:** 24,66 **Prot:** 25,21 **HC:** 70,48

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 10 Salteado de Berenjena y Calabacín ECO
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 510 **Lip:** 12,37 **Prot:** 25,30 **HC:** 74,54

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 17 Crema de Champiñón
Calamares a la Romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 612 **Lip:** 28,88 **Prot:** 14,43 **HC:** 74,23

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 24 Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 537 **Lip:** 12,37 **Prot:** 34,65 **HC:** 72,79

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 31 Ensaladilla Rusa
San Jacobo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 662 **Lip:** 30,46 **Prot:** 18,81 **HC:** 78,30

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 4 Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 695 **Lip:** 24,60 **Prot:** 28,67 **HC:** 93,53

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11 Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 649 **Lip:** 21,61 **Prot:** 34,61 **HC:** 68,40

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 18 Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 544 **Lip:** 15,11 **Prot:** 23,25 **HC:** 81,40

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 25 Arroz con Tomate
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 684 **Lip:** 18,25 **Prot:** 28,05 **HC:** 95,06

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 1

Miércoles

- 5 Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 670 **Lip:** 19,70 **Prot:** 30,04 **HC:** 96,18

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 12



FESTIVO

- 19 Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 854 **Lip:** 25,07 **Prot:** 45,98 **HC:** 92,14

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 26 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 692 **Lip:** 27,32 **Prot:** 27,93 **HC:** 86,97

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 2

Jueves

- 6 Calabacín ECO Gratinado
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 512 **Lip:** 16,30 **Prot:** 20,37 **HC:** 71,89

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 626 **Lip:** 17,52 **Prot:** 21,55 **HC:** 94,38

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 610 **Lip:** 22,49 **Prot:** 27,11 **HC:** 77,95

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 27 Macarrones Amatriciana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 710 **Lip:** 23,47 **Prot:** 33,98 **HC:** 90,45

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 3

Viernes

- 7 Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 636 **Lip:** 31,11 **Prot:** 31,40 **HC:** 59,41

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 14 Rissoto de Champiñón
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 816 **Lip:** 21,90 **Prot:** 37,87 **HC:** 102,42

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 21 Arroz a Banda
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 736 **Lip:** 22,05 **Prot:** 41,12 **HC:** 97,18

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 28 Crema de Verduras ECO
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 604 **Lip:** 23,54 **Prot:** 14,70 **HC:** 83,24

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 4

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** Crema de Coliflor
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Berenjena y Calabacín ECO
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Rissoto de Champiñón
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Champiñón
Calamares a la Romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz a Banda
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
San Jacobo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 3** Crema de Coliflor
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Crema de Calabacín ECO.
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Berenjena y Calabacín ECO
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Champiñón
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz a Banda
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 3** Crema de Coliflor
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Crema de Calabacín ECO.
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Berenjena y Calabacín ECO
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Champiñón
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz a Banda
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

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

- 3** Crema de Coliflor
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Berenjena y Calabacín ECO
Filete de Pollo al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo**12**

- 13** Crema de Calabacín ECO
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Rissoto de Champiñón
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Champiñón
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao
Patatas Dado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Pasta Sin Gluten con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz a Banda
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos.(Fideos s/gluten)
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Pasta sin Gluten Amatriciana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

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

- 3** Crema de Verduras ECO
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Verduras
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

12

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
San Jacobo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
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

- 3** Crema de Verduras ECO
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados con Bacon
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Verduras
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

12

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones Amatriciana
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
San Jacobo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
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

- 3** Crema de Verduras ECO
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Picadillo
Garbanzos Estofados con Verduras
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Crema de Calabacín ECO.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Verduras
Lentejas con Pollo
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

12

- 13** Crema de Calabacín ECO
Tallarines con Tomate
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria
Cazón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Garbanzos Estofados con Verduras
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Tomate
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz Campesina
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Caldo de Cocido con Garbanzos
Carcamusas
Guisantes (dentro del Guiso)
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones con Tomate
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta


- 28** Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa sin Mayonesa
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
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
3 Crema de Coliflor Flamenquines Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	4 Arroz Campesina Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo) Garbanzos Estofados con Chorizo Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	6 Calabacín ECO Gratinado Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Guisantes Rehogados con Bacon Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
10 Ensalada Mixta Filete de Pollo al Horno Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	11 Puré de Patata Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	12 <div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>	13 Crema de Calabacín ECO Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14 Rissoto de Champiñón Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
17 Crema de Champiñón Cazón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Ensalada Mixta Potaje de Garbanzos con Bacalao Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	19 Pasta Sin Huevo con Atún Pollo Asado Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Estofado de Patatas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	21 Arroz a Banda Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
24 Caldo de Cocido con Garbanzos.(Fideos s/huevo) Carcamusas Guisantes (dentro del Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	25 Arroz con Tomate Sardinas al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Judías Blancas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Remolacha Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Pasta sin Huevo Amatriciana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
31 Crema de Calabacín ECO San Jacobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada 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
3 Crema de Coliflor Flamenquines Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	4 Arroz Campesina sin Pimiento ni Tomate Bacalao al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Sopa de Picadillo Garbanzos Estofados con Chorizo sin Pimiento Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Calabacín ECO Gratinado Guiso de Patata con Merluza sin Tomate Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Guisantes Rehogados con Bacon Tortilla Francesa con Atún Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
10 Salteado de Berenjena y Calabacín ECO Lentejas con Pollo sin Tomate ni Pimiento Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	11 Puré de Patata Bienmesabe Adobado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	12 <div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>	13 Crema de Calabacín ECO Pasta Rehogada con Carne de Pollo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Rissoto de Champiñón Bacalao al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
17 Crema de Champiñón Calamares a la Romana Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	18 Salteado de Verduras Potaje de Garbanzos con Bacalao Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	19 Pasta Rehogada con Atún Pollo Asado Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Lentejas Estofadas sin Pimiento ni Tomate Tortilla Francesa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	21 Arroz a Banda sin Pimiento ni Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
24 Caldo de Cocido con Garbanzos Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	25 Arroz con Verduras sin Pimiento ni Tomate Sardinas al Horno Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Judías Blancas Estofadas con Verduras sin Pimiento Tortilla de Patata con Cebolla Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Pasta al Ajillo Merluza al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Crema de Verduras ECO Croquetas de Jamón Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
31 Ensaladilla Rusa San Jacobo Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada 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.