

Lunes

2 Crema de Calabacín Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 603 **Lip:** 23,73 **Prot:** 15,80 **HC:** 83,01

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 613 **Lip:** 23,04 **Prot:** 24,32 **HC:** 76,45

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Liquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 687 **Lip:** 24,62 **Prot:** 32,10 **HC:** 87,76

Cena: Arroz + Ave + Fruta

23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 638 **Lip:** 23,91 **Prot:** 39,52 **HC:** 64,78

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 748 **Lip:** 31,50 **Prot:** 24,24 **HC:** 95,75

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 693 **Lip:** 28,27 **Prot:** 32,54 **HC:** 80,10

Cena: Verdura + Carne + Fruta

10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 693 **Lip:** 18,28 **Prot:** 45,98 **HC:** 89,14

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 725 **Lip:** 22,00 **Prot:** 22,94 **HC:** 109,63

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 668 **Lip:** 26,68 **Prot:** 34,24 **HC:** 75,15

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 677 **Lip:** 19,37 **Prot:** 46,94 **HC:** 81,50

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 623 **Lip:** 19,56 **Prot:** 29,08 **HC:** 83,54

Cena: Patata + Huevo + Fruta

11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcarnusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 598 **Lip:** 23,75 **Prot:** 35,46 **HC:** 61,09

Cena: Patata + Pescado + Fruta

18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 623 **Lip:** 22,41 **Prot:** 41,45 **HC:** 64,46

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 722 **Lip:** 22,96 **Prot:** 36,37 **HC:** 90,92

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 722 **Lip:** 22,96 **Prot:** 36,37 **HC:** 90,92

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 680 **Lip:** 22,42 **Prot:** 39,66 **HC:** 82,42

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19 **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural



Kcal: 623 **Lip:** 22,41 **Prot:** 41,45 **HC:** 64,46

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 724 **Lip:** 25,22 **Prot:** 38,71 **HC:** 85,89

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 632 **Lip:** 20,27 **Prot:** 31,54 **HC:** 84,52

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 689 **Lip:** 27,66 **Prot:** 25,38 **HC:** 85,37

Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural



Kcal: 689 **Lip:** 27,66 **Prot:** 25,38 **HC:** 85,37

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 673 **Lip:** 22,51 **Prot:** 29,69 **HC:** 90,73

Cena: Verdura + Carne + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albondigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Finá Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Sin Gluten Napolitana** Tomate Frito, Macarrones S/gluten, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten) Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta Sin Gluten con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncillo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta


Jueves

- 5 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta Sin Gluten con Queso** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta Sin Gluten con Caballa** Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Arroz con Cebolla y Pimiento** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
Filete de Lomo de Sajonia Lomo Sajonia, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Filete de Pollo al Horno Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Crema de Calabaza** Calabaza, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 17 **Pasta Sin Huevo Napolitana** Tomate Frito, Macarrones S/gluten, Azúcar, Aceite Oliva 0,4°
Merluza a la Andaluza Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Pasta Sin Huevo con Chorizo** Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Chorizo Fresco, Cebolla
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta Sin Huevo con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 26 **Pasta Sin Huevo con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta Sin Huevo con Caballa** Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Filete de Pollo al Horno Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Vacuno, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Patatas Estofadas** Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20  **FESTIVO**

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2** **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza a la Andaluza Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Ave + Lácteo de Soja

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcarnusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja

- 19** **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural



FESTIVO

- 26** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20** **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural



FESTIVO

- 27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albondigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcarnus Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

FESTIVO

19

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

FESTIVO

20

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2** **Crema de Calabacín** Calabacín, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata Pelada, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza a la Andaluza Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Ave + Lácteo de Soja

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcarnusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja

- 19** **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural



FESTIVO

- 26** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20** **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural



FESTIVO

- 27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea