





Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	4 Macarrones Gratinados Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Arroz con Verduras Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	11 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Merluza al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	17 Coditos al Gratén Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	24 Arroz a la Cubana Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	26 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
30 Sopa de Fideos Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Tortilla Francesa 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
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones Gratinados Nuggets de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Arroz con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos al Gratén Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Fideos Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo 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

- 2 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

Martes

- 3 Arroz con Tomate
Salmón a la Naranja
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 Pasta Sin Gluten al Gratén
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5 Garbanzos Estofados con Chorizo
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Viernes

- 6 Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 9 Crema de Zanahoria ECO
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Ave + Fruta

- 10 Pasta Sin Gluten con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

12



FESTIVO

13



FESTIVO

- 16 Brócoli Salteado
Cinta de Lomo Adobado al Horno

Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17 Pasta Sin Gluten al Gratén
Bacalao al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 18 Crema de Calabacín ECO
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Arroz Tres Delicias
Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20 Judías Pintas Estofadas
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 23 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 24 Arroz a la Cubana
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Pasta Sin Gluten Boloñesa
Merluza al Horno
Calabacín Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 27 Crema de Verduras ECO
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo



- 31 Pasta Sin Gluten con Tomate
Pollo al Ajillo
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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones con Tomate Nuggets de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial 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
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones Gratinados Nuggets de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos al Gratén Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz Tres Delicias Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial 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
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Desnatado Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Fideos Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Desnatado 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
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones con Tomate Nuggets de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial 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
2 Lentejas Estofadas con Verduras (75 g lentejas y 50 g patatas) 2,5 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate (75 g arroz y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Salmón a la Naranja Calabacín Rehogado Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Patata + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Verduras (75g garbanzos y 50 g patata) 2,5 R de HC Merluza al Horno Verduras Asadas Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabaza (100g calabaza, 32,5g patata) 1 R de HC Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera al Horno o Asada (52,5 g patata) 1,5 R de HC Pan (20 g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria sin Patata Paella Valenciana (75 g arroz) 2 R de HC Guisantes Rehogados (50g) 0,5 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Ensalada + Ave + Fruta	10 Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Cocido (50 g fideos) 1R de HC Cocido Completo (50 g garbanzos y 25 g patata) 1,5 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Huevo + Fruta	 FESTIVO	 FESTIVO
16 Brocoli Salteado con Patata (150g brócoli y 50 g patata) 1,5 R de HC Cinta de Lomo Adobado al Horno Arroz Pilaf (38 G) 1 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras (75 g lentejas y 50 g patatas) 2,5 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras (75 g arroz, 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas (75 g judías y 50 g patatas) 2,5 R de HC Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras (75 g lentejas y 50 g patatas) 2,5 R de HC Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz con Tomate (75 g arroz y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Pasta Boloñesa de Pollo (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Cocido (50 g fideos) 1R de HC Cocido Completo (50 g garbanzos y 25 g patata) 1,5 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Rotti de Pavo al Horno Patatas Panadera horno o Asada (35 g) 1 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Yogur Desnatado de Sabores 0,5 R de HC Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Picadillo (50 g pasta) 1 R de HC Bacalao al Horno Arroz Pilaf (57 g) 1,5 R de HC Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC Cena: Verdura + Pescado + Fruta			

mediterránea