

## Lunes

3



FESTIVO

10 Espirales con Tomate.  
Hamburguesa de Atún  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17 Macarrones con Tomate  
Salmón a la Naranja

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

24 Coditos con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

31 Macarrones con Tomate  
Marmitako de Salmón.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

## Martes

4



FESTIVO

11 Lentejas con Chorizo.  
Croquetas de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa de Ternera al Horno.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

## Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

12 Arroz con Tomate.  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras.  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

26 Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

6

Guisantes a la Sevillana  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Cinta de Lomo Fresca al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

## Viernes

7

Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

21 Lentejas Castellanas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

28 Potaje de Garbanzos Estofados.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + 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
<p>3</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>4</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>5</p> <p>Crema de Zanahoria ECO. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>6</p> <p>Guisantes a la Sevillana Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>7</p> <p>Arroz con Verduras Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>10</p> <p>Espirales con Tomate. Hamburguesa de Atún Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con Chorizo. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12</p> <p>Arroz con Tomate. Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>13</p> <p>Judías Verdes Rehogadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>14</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta</p>
<p>17</p> <p>Macarrones con Tomate Salmón a la Naranja  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Crema de Calabacín ECO. Albóndigas de Ternera en Salsa. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Paella de Verduras. <b>Merluza al Horno.</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>20</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>	<p>21</p> <p>Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>24</p> <p>Coditos con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras. Hamburguesa de Ternera al Horno. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Arroz con Tomate. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>27</p> <p>Crema de Verduras ECO. Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Potaje de Garbanzos Estofados. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>31</p> <p>Macarrones con Tomate Marmitako de Salmón. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

## Lunes

3



FESTIVO

10 Espirales con Tomate.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

17 Macarrones con Tomate  
Tortilla Francesa.  
Zanahoria Rehogada.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

24 Coditos con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

31 Macarrones con Tomate  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

## Martes

4



FESTIVO

11 Lentejas con Chorizo.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa de Ternera al Horno.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

12 Arroz con Tomate.  
Salchichas de Pavo al Horno  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

26 Arroz con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

## Jueves

6

Guisantes a la Sevillana  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Cinta de Lomo Fresca al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO.  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

## Viernes

7

Arroz con Verduras  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

21 Lentejas Castellanas  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

28 Potaje de Garbanzos Estofados.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Carne + 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.