

## Lunes

**3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 672 **Lip:** 28,38 **Prot:** 19,97 **HC:** 88,52

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 681 **Lip:** 30,73 **Prot:** 14,60 **HC:** 87,95

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 663 **Lip:** 18,62 **Prot:** 39,97 **HC:** 84,75

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

**4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 740 **Lip:** 23,00 **Prot:** 31,96 **HC:** 104,80

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 727 **Lip:** 26,51 **Prot:** 41,45 **HC:** 80,98

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 688 **Lip:** 26,69 **Prot:** 29,06 **HC:** 86,58

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

**5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Kcal:** 708 **Lip:** 26,98 **Prot:** 50,82 **HC:** 68,07

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**12** Arroz Blancos Estofados Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 678 **Lip:** 27,39 **Prot:** 30,05 **HC:** 80,92

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 754 **Lip:** 33,95 **Prot:** 27,14 **HC:** 89,47

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

**6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 624 **Lip:** 26,01 **Prot:** 34,89 **HC:** 63,27

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

**13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Kcal:** 566 **Lip:** 21,95 **Prot:** 29,80 **HC:** 61,71

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**20**

## Viernes

**7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 680 **Lip:** 29,10 **Prot:** 27,64 **HC:** 80,47

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Kcal:** 850 **Lip:** 37,73 **Prot:** 39,03 **HC:** 109,64

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Kcal:** 641 **Lip:** 25,96 **Prot:** 24,06 **HC:** 76,74

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta Sin Gluten con Atún Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Sin Gluten Macarrones S/gluten, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Pollo, Codillo Jamon, Ternera Huesos  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

### Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

### Cena: Patata + Ave + Fruta

- 20**  **FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

### Cena: Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°

- Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce

- Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

- Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite

- Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

- Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

- Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup

**Patatas Chips** Patata Frita

**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Patatas Estofadas Patata, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise sin leche Patata, Puerro, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

- Bacalao al Horno** Bacalao Filete, 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, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo de Soja

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, 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, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce

- Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Liquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

- Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite

- Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo de Soja

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

- Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

- 20**



## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

- Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita

- Pan y Agua** Pan  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Lunes

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 17** Pasta Sin Huevo con Atún Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Sin Huevo Macarrones S/gluten, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Filete de Lomo de Sajonia** Lomo Sajonia, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo) Fideos Arroz S/gluten, Pollo, Codillo Jamon, Ternera Huesos  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Hamburguesa de Ternera al Horno** Hamburguesa Vacuno Cong, Aceite Girasol  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz Campesina Sin Tomate Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Guisante  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Zanahorias Rehogadas** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Arroz Rehogado** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta Rehogada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón Rehogado** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

### Martes

- 4** Lentejas Estofadas Sin Tomate Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Pimiento Verde  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón Rehogado** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Pasta Salteada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias Rehogadas** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Zanahorias Rehogadas** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

### Miércoles

- 5** Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Asadas** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur Desnatado** Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Calabacín Rehogado** Calabacín, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Verduras Sin Tomate Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Pimiento Rojo Dado  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Calabacín Rehogado** Calabacín, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

### Jueves

- 6** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias Rehogadas** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Rehogado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón Rehogado** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur Desnatado** Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



### Viernes

- 7** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Calabacín Rehogado** Calabacín, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Sin Tomate Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Pimiento Verde  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Asadas** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche Desnatada** Leche Desnatada 1,5l

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Asadas** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Yogur Desnatado** Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Liquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

### Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Liquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Halibut al Horno** Halibut 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

### Cena: Patata + Ave + Fruta

- 20**   
**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

### Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

### Cena: Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Patata + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

- 13** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta



FESTIVO

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Lunes

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Patata + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla  
**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Patata + Fruta

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Halibut al Horno** Halibut 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Queso + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde  
**Palometa al Horno** Palometa 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Queso + Fruta

- 13** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta



FESTIVO

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Tortilla Francesa** Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Vichyssoise Patata, Puerro, Leche Entera, Aceite Oliva 0,4°  
**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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 17** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Sin Atún Espiral Tricolor, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Verdura + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Huevo Líquido, Patata, Calabacín, 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, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Filete de Lomo de Sajonia** Lomo Sajonia, Aceite Oliva 0,4°  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa  
**Hamburguesa de Ternera al Horno** Hamburguesa Vacuno Cong, Aceite Girasol  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Verdura + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Sin Atún Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Cebolla  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Verdura + 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.

# Menú IV in situ Junio 2019

Triturado - - CEIP Garcilaso de la Vega (Toledo) in situ

mediterránea

## Lunes

**3** Triturado de Arroz con Huevo Tortilla Francesa, Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**10** Crema de Verduras con Bacalao Bacalao Filete, Patata, Zanahoria,  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**17** Triturado de Pasta con Bacalao Bacalao Filete, Espiral, Tomate Frito, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Martes

**4** Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza Merluza Filete, Lenteja Pardina, Patata, Tomate Frito  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**11** Crema de Zanahoria con Lomo Zanahoria, Patata, Cerdo Cinta Lomo Filete, Aceite Oliva 0,4°  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**18** Triturado de Judías Pintas con Huevo Tortilla Francesa, Alubia Pinta, Patata, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

## Miércoles

**5** Crema de Verduras con Pollo Pollo Contramuslo, Patata, Zanahoria,  
Yogur Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**12** Triturado de Judías Blancas Estofadas con Huevo Tortilla Francesa, Alubia Blanca, Patata, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**19** Triturado de Arroz con Merluza Merluza Filete, Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

**6** Triturado de Pasta con Merluza Merluza Filete, Tomate Frito, Espiral, Cebolla  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

**13** Triturado de Arroz con Merluza Merluza Filete, Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Cebolla  
Yogur Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



FESTIVO

## Viernes

**7** Triturado de Garbanzos con Huevo Patata, Tortilla Francesa, Garbanzo, Zanahoria  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**14** Triturado de Lentejas Estofadas con Ternera Ternera Ragut, Lenteja Pardina, Patata, Tomate Frito  
Triturado de Frutas Pera, Manzana, Platano, Naranja

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**21** Crema de Calabacín con Pavo Pavo Jamoncito, Patata, Calabacín, Calabacín  
Danonino Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Lunes

- 3** Puré de Patata Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido  
 Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Patatas Asadas Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 17** Crema de Zanahoria Zanahoria, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Patatas Asadas Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
 Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 11** Puré de Patata Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
 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, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Crema de Verduras Especial Patata, Calabaza, Calabacín, Zanahoria  
 Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Líquido, Patata, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°  
 Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Crema de Zanahoria Zanahoria, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Jamoncitos de Pollo al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
 Patatas Dado Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Yogur Yogur Natural

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 12** Crema de Verduras Especial Patata, Calabaza, Calabacín, Zanahoria  
 Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido  
 Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 19** Puré de Patata Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°  
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, 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, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Yogur Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Crema de Verduras Especial Patata, Calabaza, Calabacín, Zanahoria  
 Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
 Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
 Patatas Dado Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja  
 Leche Sin Lactosa Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Filete de Pollo al Horno Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
 Patatas Chips Patata Frita  
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten  
 Danonino Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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.