

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Pasta al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Legumbre + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Patata + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Lasaña de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Arroz con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Crema de Calabacín ECO Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Gallega Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Pasta Sin Gluten Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Gallega Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana (Harina sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Pasta Sin Gluten con Verduras Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Judías Verdes Rehogadas con Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Tortilla Francesa Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa sin Pescado Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Judías Blancas Estofadas con Verduras Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Arroz Cinco Delicias Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Coliflor a la Gallega Cinta de Lomo Adobado al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5 Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Fruta	6 Triturado de Frutas Cena: Arroz + Ave + Fruta	7 Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Lácteo	8 Crema de Verduras con Merluza Triturado de Frutas Cena: Verdura + Ave + Fruta	9 Triturado de Judías Verdes con Pollo Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12 Crema de Verduras con Magro Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Fruta	13 Crema de Zanahoria con Merluza Triturado de Frutas Cena: Arroz + Ave + Fruta	14 Crema de Verduras con Huevo Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Triturado de Lentejas Estofadas con Pollo Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Fruta	16 Crema de Verduras con Merluza Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19 Crema de Zanahoria con Pavo Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Fruta	20 Triturado de Arroz con Pollo Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Triturado de Judías Verdes con Merluza Triturado de Frutas Cena: Verdura + Ave + Fruta	22 Triturado de Garbanzos con Huevo Triturado de Frutas Cena: Arroz + Pescado + Fruta	23 Crema de Coliflor con Merluza Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26 Triturado de Arroz con Merluza Triturado de Frutas Cena: Verdura + Ave + Fruta	27 Crema de Calabacín con Magro de Cerdo Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Triturado de Judías Blancas con Pollo Triturado de Frutas Cena: Arroz + Huevo + Fruta	29 Crema de Verduras con Merluza Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Fruta	30 Triturado de Lentejas Estofadas con Huevo Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pasta Sin Huevo Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa sin Mayonesa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Brócoli Salteado Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Pasta Sin Huevo Napolitana Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta Sin Huevo con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Carne + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Pasta Sin Huevo con Verduras Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Gallega Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Lasaña de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Coliflor a la Gallega Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
			Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta
12	13	14	15	16
Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
19	20	21	22	23
Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + 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
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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

5

12

Ensaladilla Rusa

Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 663 Lip: 24,69 Prot: 39,54 HC: 73,05**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

19

Crema de Zanahoria ECO
Lasaña de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 611 Lip: 14,24 Prot: 18,28 HC: 100,53**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

26

Arroz con Tomate
Gallo a la Romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 840 Lip: 22,86 Prot: 39,31 HC: 104,19**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

Martes

6

13

Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate
Guiso Marinero de Alubias
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 570 Lip: 13,62 Prot: 31,41 HC: 80,04**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

20

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

Kcal: 656 Lip: 24,01 Prot: 22,89 HC: 91,00**Cena: Verdura + Pescado + Lácteo**

27

Crema de Calabacín ECO
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 511 Lip: 17,94 Prot: 26,31 HC: 60,65**Cena: Verdura + Pescado + Lácteo**

Miércoles

7

14

Macarrones Napolitana
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 721 Lip: 25,35 Prot: 23,77 HC: 82,71**Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

21

Judías Verdes con Tomate
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 555 Lip: 12,53 Prot: 16,76 HC: 77,95**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

28

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Alitas de Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 819 Lip: 38,68 Prot: 45,22 HC: 75,48**Cena: Arroz + Huevo + Fruta**

Jueves

8

15

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

Kcal: 742 Lip: 20,71 Prot: 30,95 HC: 91,72**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

Lentejas Estofadas con Verduras

Croquetas de Pollo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 705 Lip: 22,58 Prot: 21,68 HC: 96,68**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

22

Garbanzos Estofados con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 730 Lip: 32,83 Prot: 27,08 HC: 84,94**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

29

Fideuá de Verduras ECO
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 807 Lip: 22,07 Prot: 36,55 HC: 90,66**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

Viernes

9

16

Judías Verdes con Mayonesa
Raviolis de Carne en Salsa de Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 728 Lip: 26,59 Prot: 17,25 HC: 87,38**Cena: Patata + Pescado + Fruta**

Arroz Cinco Delicias

Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 608 Lip: 19,76 Prot: 38,99 HC: 66,87**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

23

Coliflor a la Italiana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 837 Lip: 33,55 Prot: 32,58 HC: 82,87**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

30

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Queso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 809 Lip: 30,62 Prot: 37,40 HC: 93,02**Cena: Patata + 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.