Fruta de Temporada

Lunes

		Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Atún Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite 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: Patata + Pescado + Lácteo	9 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Gallo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
Salteado de Verduras Escalope de Merluza Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla 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 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta  Brócoli Gratinado Marmitako de Salmón	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta  Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa con Queso	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado			

Miércoles

Viernes

Jueves

Martes

Pan y Agua

Fruta de Temporada



Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Lentejas Estofadas con Verduras	2 Menestra de Verduras Rehogada	Judías Pintas Estofadas
		Lacón a la Gallega	Bacalao con Tomate	Filete de Pollo al Horno
		Patatas Panadera	Pimientos Asados	Ensalada de Lechuga y Tomate
		Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
		Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
		Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	<b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras	7 Pasta Sin Huevo con Tomate	8 Arroz con Pollo	9 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)	Judías Verdes Rehogadas
Merluza al Horno	Caballa en Aceite	Cinta de Lomo Adobado al Horno	Cocido Completo	Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Maíz	Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Repollo Rehogado	Champiñón Rehogado
Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Fruta	<b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	Cena: Verdura + Patata + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Fruta
				Cuarra da Calabaría FCO
13 Salteado de Verduras	14 Judías Blancas con Chorizo	15 Arroz Campesina	16 Lentejas Estofadas con Verduras	Crema de Calabacín ECO Pasta Sin Huevo con Atún
Cinta de Lomo Adobado al Horno	Salchichas de Pavo al Horno	Gallo a la Riojana	Filete de Pollo al Horno	
Patatas Dado	Ensalada de Lechuga y Cebolla	Pimiento Asado en Guiso	Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta	<b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácte	eo Cena: Patata + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Fruta
20 Pasta Sin Huevo al Gratén	21 Judías Pintas Estofadas	22 Arroz con Tomate	23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)	Coliflor a la Italiana
Salchichas de Pavo al Horno	Salmón en Salsa de Eneldo	Gallo al Horno	Cocido Completo	Merluza en Papillote
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Ensalada de Lechuga y Maíz	Ensalada de Lechuga y Tomate	Repollo Rehogado	Verduras Asadas
Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Cena: Patata + Verdura + Fruta	<b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	Cena: Verdura + Ave + Fruta	Cena: Arroz + Legumbre + Fruta
37 Brócoli Gratinado	Crema de Zanahoria ECO			
27 Brocoli Gratinado Marmitako de Salmón	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada			
Iviarifitako de Salifiori	ragout de Terriera Estorada			



	Lunes	Martes		Miércoles		Jueves		Viernes
			1	Triturado de Lentejas Estofadas con Cerdo	2	Crema de Verduras con Merluza	3	Triturado de Judías Pintas con Huevo
				Triturado de Frutas  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Triturado de Frutas  Cena: Patata + Carne + Fruta		Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
	6	7	8		9	]	10	
	Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza	Crema de Zanahoria con Pavo		Crema de Verduras con Huevo		Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura		Triturado de Judias Verdes con Pollo
-	Triturado de Frutas  Cena: Arroz + Carne + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta		Triturado de Frutas  Cena: Patata + Pescado + Lácteo		Triturado de Frutas  Cena: Verdura + Huevo + Fruta		Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
	13	14	15	Committee Control Control	16	_	17	
	Crema de Verduras con Magro	Triturado de Judías Blancas Estofadas con Huevo		Crema de Zanahoria con Merluza		Triturado de Lentejas Estofadas con Pollo		Crema de Verduras con Merluza
	Triturado de Frutas  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Triturado de Frutas  Cena: Verdura + Carne + Fruta		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas  Cena: Patata + Pescado + Fruta		Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Г	20	21	22	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	23	_	24	Cena. Verdura : Ave : 11 dta
	Crema de Verduras con Pavo	Triturado de Judías Pintas con Merluza		Crema de Verduras con Huevo		Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura		Crema de Coliflor con Merluza
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur
	Cena: Arroz + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta		Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Ave + Fruta		Cena: Patata + Huevo + Fruta
L	Crema de Verduras con Merluza	Crema de Zanahoria con Ternera						

Crema de Verduras con Merluza

Crema de Zanahoria con Ternera

Triturado de Frutas

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Triturado de Frutas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
20 Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
27 Brócoli Gratinado Marmitako de Salmón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada			

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo



Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Edilos	martos		WHO COLOS		ouc ves		VICITIOS
		1	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	2	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	3	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	8	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	9	Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Escalope de Merluza Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	15	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	17	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	22	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	23	Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Brócoli Gratinado Marmitako de Salmón Ensalada de Lechuga y Zanahoria	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado						

Miércoles



Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Luiles	Ivial tes	IMIGI COIGS	Jueves	VICITIES
		Brócoli Salteado Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Crema de Verduras ECO  Merluza al Horno  Ensalada de Lechuga y Tomate  Pan Sin Gluten y Agua  Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Carne + Fruta	Pasta Sin Gluten con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	9 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Arroz + Pescado + Fruta  Salteado de Verduras  Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo  Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina  Gallo a la Riojana  Pimiento Asado en Guiso  Pan Sin Gluten y Agua  Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Ceb Puerro y Pimiento Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur  Cena: Verdura + Ave + Fruta
Pasta Sin Gluten al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
27 Brócoli Gratinado Marmitako de Salmón Ensalada de Lechuga y Zanahoria	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado			



Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Lunes	Martes		Milercoles		Jueves		vierries
		1	Lentejas Estofadas con Verduras	[2	Menestra de Verduras Rehogada	3	Judías Pintas Estofadas
		'	Lacón a la Gallega	Ľ	Bacalao con Tomate	3	Tortilla de Patata con Cebolla
			Patatas Panadera		Pimientos Asados		Ensalada de Lechuga y Tomate
			Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua
			Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada y Yogur de Soja
			Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Cena: Patata + Carne + Fruta		Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras	Macarrones con Tomate		Arroz con Pollo	_	Sopa de Cocido		Judías Verdes Rehogadas
6 Lentejas Estofadas con Verduras  Merluza al Horno	Caballa en Aceite	8	Tortilla Francesa	[ 9	Cocido Completo	10	Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Maíz				Repollo Rehogado		Champiñón al Ajillo
Pan y Agua	Pan y Agua		Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Arroz + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Fruta		Cena: Patata + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Huevo + Fruta		Cena: Pasta + Pescado + Fruta
			O Juli - didita - Doddao - Eddibo				
13 Salteado de Verduras 1	Judías Blancas con Chorizo	15	Arroz Campesina	1	6 Lentejas Estofadas con Verduras	17	Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno	Tortilla Francesa		Gallo a la Riojana	_	Filete de Pollo al Horno		Espirales con Atún
Patatas Dado	Ensalada de Lechuga y Cebolla		Pimiento Asado en Guiso		Ensalada de Lechuga y Tomate		Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua	Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta		Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Cena: Patata + Pescado + Fruta		Cena: Verdura + Ave + Fruta
20 Coditos con Tomate 2	Judías Pintas Estofadas	22	Arroz con Tomate	2	Sopa de Cocido	04	Crema de Calabacín ECO
Salchichas de Pavo al Horno	Salmón en Salsa de Eneldo	22	Tortilla Francesa	۷	Cocido Completo	24	Merluza en Papillote
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Ensalada de Lechuga y Maíz		Ensalada de Lechuga y Tomate		Repollo Rehogado		Verduras Asadas
Pan y Agua	Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Cena: Patata + Carne + Fruta		Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Ave + Fruta		Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Prácali Caltanda	Crema de Zanahoria ECO						
27 Brócoli Salteado 2	0						
Marmitako de Salmón	Ragout de Ternera Estofada						
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado						



Lunes	Martes		Miércoles		Jueves		Viernes
		Lacón Patata Pan y A	as Estofadas con Verduras a la Gallega s Panadera Agua de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo	2	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	3	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Tortill. Ensala Pan y <i>i</i> Fruta (	con Pollo a Francesa da de Lechuga y Zanahoria Agua de Temporada Patata + Pescado + Lácteo	9	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Galloa Pimier Pan y <i>i</i> Fruta (	Campesina a la Riojana nto Asado en Guiso Agua de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo	16	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	17	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Tortill. Ensala Pan y <i>i</i> Fruta o	con Tomate a Francesa da de Lechuga y Tomate Agua de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo	23	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24	Crema de Calabacín ECO Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Brócoli Salteado  Marmitako de Salmón  Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Pan y Agua  Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo						



Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	2 Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	9 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Aye + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
27 Brócoli Salteado Marmitako de Salmón	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada			



Lunes

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

		1 Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	9 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Salteado de Verduras Pollo Asado	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada			

Miércoles

Viernes

Jueves

Martes

Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo



Fruta de Temporada

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	7 Macarrones con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	9 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Verdura + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina Lacón a la Gallega Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Crema de Calabacín ECO Pasta Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Patata + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
27 Brócoli Gratinado Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado			



	situ	Lunes	Martes		Miércoles		Jueves	
	Vega (Toledo) in situ			1	Brócoli Salteado	2		3
	90				Filete de Pollo al Horno		Bacalao con Tomate	
	o/e				Patatas Panadera		Pimientos Asados	
	E				Pan y Agua		Pan y Agua	
co	ga				Fruta de Temporada		Fruta de Temporada	
2					Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Cena: Patata + Carne + Fruta	
2023	de la	6 Crema de Verduras ECO	7 Macarrones con Tomate	8	Arroz con Pollo	9	Sopa de Fideos	10
C	эр с	Merluza al Horno	Caballa en Aceite		Tortilla Francesa		Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) c Verdura y Patata	
) Ji	Garcilaso	Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Maíz		Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Repollo Rehogado	
76	īci.	Pan y Agua	Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua	
9	Ga	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada	
Febrero	<u>_</u>	Cena: Arroz + Carne + Fruta	<b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta		Cena: Patata + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Huevo + Fruta	
		13 Crema de Verduras ECO	14 Estofado de Patatas con Verduras	15	Arroz Campesina Sin Guisantes	16	Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebo Puerro y Pimiento	lla, <b>17</b>
situ		Cinta de Lomo Adobado al Horno	Tortilla Francesa con Queso		Gallo a la Riojana		Filete de Pollo al Horno	
S	· SC	Patatas Dado	Ensalada de Lechuga y Cebolla		Pimiento Asado en Guiso		Ensalada de Lechuga y Tomate	
in	sooa	Pan y Agua	Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua	
	$\circ$	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada	
0	Frutos	Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta		Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Cena: Patata + Pescado + Fruta	
) (	Fr	20 Coditos al Gratén	21 Crema de Verduras ECO	22	Arroz con Tomate	23	Sopa de Fideos	24
Toled	i i	Salchichas de Pavo al Horno	Salmón en Salsa de Eneldo		Tortilla Francesa		Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) c Verdura y Patata	on
		Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Ensalada de Lechuga y Maíz		Ensalada de Lechuga y Tomate		Repollo Rehogado	,
Ú	un	Pan y Agua	Pan y Agua		Pan y Agua		Pan y Agua	
<u>U</u>	eg	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada	
Menú		Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Cena: Patata + Carne + Fruta		Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Ave + Fruta	
2	Sin	27 Brócoli Gratinado	28 Crema de Zanahoria ECO					
		Marmitako de Salmón	Ragout de Ternera Estofada					
		Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado					
		Pan y Agua	Pan y Agua					
		Fruta de Temporada	Fruta de Temporada					
		Cena: Arroz + Huevo + Fruta	<b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo					



Viernes

Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Crema de Zanahoria ECO

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Crema de Calabacín ECO

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Pan y Agua

Pollo Asado

Champiñón al Ajillo Pan y Agua

Espirales con Atún

Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua

Lunes	Martes		Miércoles		Jueves		Viernes
		1	Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	2	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	3	Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	8	Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	9	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	15	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	17	Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	21 Crema de Verduras ECO Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	22	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	23	Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Brócoli Gratinado  Marmitako de Salmón  Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Pan y Agua  Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Huevo + Fruta	28 Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo						



Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Fruta de Temporada

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	Lentejas Estofadas con Verduras	2 Menestra de Verduras Rehogada 3	Judías Pintas Estofadas
		Lacón a la Gallega	Bacalao con Tomate	Tortilla de Patata con Cebolla
		Patatas Panadera	Pimientos Asados	Ensalada de Lechuga y Tomate
		Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
		Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
		Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Cena: Patata + Carne + Fruta	Cena: Arroz + Pescado + Fruta
6 Lentejas Estofadas con Verduras 7	Macarrones con Tomate	Arroz con Pollo	O Sopa de Cocido	Judías Verdes Rehogadas
	Macarrones con Tomate  Caballa en Aceite	Tortilla Francesa	9 Sopa de Cocido Cocido Completo	Pollo Asado
· ·	Ensalada de Lechuga y Maíz	Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Repollo Rehogado	Champiñón al Ajillo
, i	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
,	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Fruta	Cena: Patata + Pescado + Lácteo	Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Cena: Pasta + Pescado + Fruta
College de de Vendence	Judías Blancas con Chorizo	A Commoning	Lentejas Estofadas con Verduras	¬ Crema de Calabacín ECO
13   14	14 Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso	Arroz Campesina Gallo a la Riojana	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo	Espirales con Atún
	Ensalada de Lechuga y Cebolla	Pimiento Asado en Guiso	Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
,	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
<u> </u>	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Cena: Patata + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Fruta
20   21   21	Judías Pintas Estofadas 22	Arroz con Tomate	23 Sopa de Cocido 24	Coliflor a la Italiana
Salchichas de Pavo al Horno	Cinta de Lomo Adobado al Horno	Tortilla Francesa	Cocido Completo	✓ Merluza en Papillote
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Ensalada de Lechuga y Maíz	Ensalada de Lechuga y Tomate	Repollo Rehogado	Verduras Asadas
Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua	Pan y Agua
· · ·	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada y Yogur
<b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	Cena: Patata + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Verdura + Ave + Fruta	Cena: Arroz + Huevo + Fruta
27 Brócoli Gratinado 28	Crema de Zanahoria ECO			
	Ragout de Ternera Estofada			
Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado			
Pan y Agua	Pan y Agua			



Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Fruta de Temporada

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
P Garcilaso de la			Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
CEIP	6 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite	8 Arroz con Pollo Tortilla Francesa	9 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado
sí Pollo) -	Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja
a ni Carne (Si	Cena: Arroz + Verdura + Fruta  3 Salteado de Verduras Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua	Cena: Patata + Pescado + Lácteo  Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso	Cena: Verdura + Huevo + Fruta  16 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua	Cena: Pasta + Pescado + Fruta  Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua
de Vaca	Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Patata + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	Fruta de Temporada y Yogur de Soja  Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
de la leche	20 Coditos con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz	Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate	Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria Repollo Rehogado	Crema de Calabacín ECO Merluza en Papillote  Verduras Asadas
Sin Prot. c	Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
S	Prócoli Salteado  Marmitako de Salmón  Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Pan y Agua	28 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua			



Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Fruta de Temporada

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sarcilaso de la			Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
18 CEIP	6 Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate	7 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz	8 Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria	9 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria Repollo Rehogado	Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo
n Escamas	Pan y Agua  Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Carne + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Pan y Agua  Fruta de Temporada y Yogur  Cena: Pasta + Pescado + Fruta  Crema de Calabacín ECO
a ni Pescado sin	Salteado de Verduras Escalope de Merluza Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
Sin Cerdo, Carne Roja	Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Fideos  Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Fruta	Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote  Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur  Cena: Arroz + Huevo + Fruta
<b>V</b> )	Prócoli Gratinado Marmitako de Salmón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua	Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua			



Patatas Panadera Ensalada de Lechuga y Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Pan v Agua Pan v Agua Fruta de Temporada Fruta de Temporada Fruta de Temporada y Yogur situ Febrero 2023 Kcal: 749 Lip: 30,69 Prot: 31,18 HC: 90,49 Arroz con Pollo Sona de Cocido Judías Verdes Rehogadas Lentejas Estofadas con Verduras Macarrones con Tomate 6 8 10 Caballa en Aceite Tortilla Francesa Escalope de Merluza Cocido Completo Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Lechuga y Zanahoria Repollo Rehogado Champiñón al Aiillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Kcal: 684 Lip: 18.84 Prot: 28.85 HC: 10 Kcal: 683 Lip: 21,99 Prot: 34,05 HC: 85. Kcal: 627 Lip: 21,87 Prot: 22,86 HC: 88. Kcal: 696 Lip: 18.58 Prot: 40.86 HC: 94.68 Kcal: 605 Lip: 24,89 Prot: 42,33 HC: 53,4 Cena: Patata + Pescado + Lácti Judías Blancas con Chorizo Crema de Calabacín ECO Salteado de Verduras Arroz Campesina Lenteias Estofadas con Verduras 13 Toledo in Cinta de Lomo Adobado al Horno Tortilla Francesa con Oueso Gallo a la Rioiana Croquetas de Pollo Espirales con Atún Patatas Dado Ensalada de Lechuga y Cebolla Pimiento Asado en Guiso Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Kcal: 531 Lip: 20.07 Prot: 29.79 HC: 58 40 Lip: 34.15 Prot: 30.75 HC: 80.6 Arroz con Tomate Sopa de Cocido Coliflor a la Italiana 20 21 23 Tortilla Francesa Cocido Completo Merluza en Papillote \*\*\*\* \*\*\*\* Ensalada de Lechuga v Tomate Repollo Rehogado Verduras Asadas Pan y Agua Pan v Agua Pan v Agua Fruta de Temporada Fruta de Temporada Fruta de Temporada y Yogur **FESTIVO FESTIVO** Kcal: 623 Lip: 22.88 Prot: 16.84 HC: 91.34 Kcal: 696 Lip: 18.58 Prot: 40.86 HC: 94.68 Kcal: 725 Lip: 30,80 Prot: 35,42 HC: 75,19 Brócoli Gratinado Crema de Zanahoria ECO 27 28 Marmitako de Salmón Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Pan y Agua

Kcal: 609 Lip: 22,84 Prot: 25,61 HC: 75,60

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Fruta de Temporada

Lunes

Kcal: 620 Lip: 25,40 Prot: 33,26 HC: 64,21

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Fruta de Temporada

**Martes** 



Miércoles

Lentejas Estofadas con Verduras

Lacón a la Gallega

**Jueves** 

Menestra de Verduras Rehogada

Bacalao con Tomate

Viernes

Judías Pintas Estofadas

Tortilla de Patata con Cebolla