

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>10</b> Arroz con Tomate. Caballa al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Macarrones Napolitana Pollo Asado Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Garbanzos Estofados con Verduras. Gallo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>16</b> Arroz Campesina Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>17</b> Crema de Verduras ECO. Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>19</b> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>20</b> Coditos al Gratén Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>24</b> Crema de Calabacín ECO. San Jacobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>25</b> Espirales con Tomate Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>26</b> Judías Pintas Estofadas. Merluza al Horno Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>27</b> Arroz Campesina. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>30</b> Judías Pintas Estofadas. Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Zanahoria ECO. Pasta Boloñesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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

**9** Crema de Zanahoria ECO.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

## Martes

**10** Arroz con Tomate.  
Caballa al Horno.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Miércoles

**11** Menestra de Verduras Rehogada  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Jueves

**12** Pasta Sin Huevo Napolitana  
Pollo Asado  
Zanahoria Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Viernes

**13** Garbanzos Estofados con Verduras.  
Gallo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**16** Arroz Cinco Delicias  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**17** Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**18** Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**19** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**20** Pasta Sin Huevo al Gratén  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**23** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**24** Crema de Calabacín ECO.  
San Jacobo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**25** Pasta Sin Huevo con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**26** Judías Pintas con Chorizo.  
Merluza al Horno  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**27** Arroz Campesina.  
Rotti de Pavo al Horno.  
Dados de Calabaza ECO.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**30** Judías Pintas Estofadas.  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**31** Crema de Zanahoria ECO.  
Pasta Sin Huevo Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**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
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>10</b> Arroz con Tomate. Caballa al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Macarrones Napolitana Pollo Asado Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Garbanzos Estofados con Verduras. Gallo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>16</b> Arroz con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>17</b> Crema de Verduras ECO. Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>19</b> Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>20</b> Coditos con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>24</b> Crema de Calabacín ECO. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>25</b> Espirales con Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>26</b> Judías Pintas con Chorizo. Caballa al Horno. Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>27</b> Arroz Campesina. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>30</b> Judías Pintas Estofadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Zanahoria ECO. Pasta Boloñesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO. Tortilla Francesa con York. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>10</b> Arroz con Tomate. Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Estofado de Patatas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Macarrones Napolitana Pollo Asado Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Garbanzos Estofados con Verduras. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>16</b> Arroz con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>17</b> Crema de Verduras ECO. Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>18</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>19</b> Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Codos al Gratén Filete de Pavo Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>24</b> Crema de Calabacín ECO. San Jacobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta	<b>25</b> Espirales con Tomate Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>26</b> Judías Pintas con Chorizo. Filete de Pollo al Horno Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>27</b> Arroz Campesina. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>30</b> Judías Pintas Estofadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Zanahoria ECO. Tortellini con Carne Picada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Lácteo			

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.