

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> Arroz Campesina. Pollo Asado Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>9</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>10</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Menestra de Verduras Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>12</b> Crema de Verduras ECO. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta
<b>15</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>17</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>18</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>22</b> <b>Sopa de Fideos</b> Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>24</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>25</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>26</b> Paella Mixta. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>29</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>30</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>31</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Merluza al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + 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>8</b> Arroz Campesina. Pollo Asado Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>9</b> <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b> Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>10</b> Lentejas Estofadas con Verduras. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Menestra de Verduras Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Crema de Verduras ECO. <b>Gallo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta
<b>15</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> <b>Arroz con Tomate</b> Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>17</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>18</b> <b>Pasta Sin Huevo al Gratén</b> <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>22</b> <b>Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo)</b> Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras. <b>Gallo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>24</b> <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b> <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>25</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>26</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>29</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>30</b> Lentejas Estofadas con Verduras. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>31</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Merluza al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + 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.