

Lunes

1 Crema de Verduras
Jamonicos de Pollo al Horno **9T-12**
Patatas Panaderas al Horno **9T**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 725 Lip: 31,41 Prot: 32,15 HC: 81,07

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

8 Alubias Blancas Guisadas
Abadejo al Horno al Limón **4-9T**
Ensalada de Tomate **9T-12**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 692 Lip: 28,93 Prot: 32,90 HC: 76,35

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

15 Crema de Zanahoria
Hamburguesa de Ternera con Cebolla **1-6-12**
Patatas Panaderas al Horno **9T**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 678 Lip: 25,65 Prot: 26,97 HC: 85,42

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo

Miércoles

2 Garbanzos Estofados
Ternera en Salsa Cazadora
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 619 Lip: 23,76 Prot: 33,25 HC: 66,03

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

9 Sopa de Cocido **1-3T-9T**
Cocido Completo **9T**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 731 Lip: 25,08 Prot: 35,56 HC: 82,44

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

16 Lentejas Guisadas con Pollo **1T**
Tortilla de Patata y Cebolla **3**
Ensalada de Tomate **9T-12**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 708 Lip: 28,40 Prot: 27,54 HC: 83,84

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

Jueves

3
10 Espirales con Tomate y Queso **1-3T-7**
Tortilla de Patatas con Calabacín **3**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 772 Lip: 28,43 Prot: 27,07 HC: 103,29

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

17 Paella de Verduras
Dados de Pavo al Horno **9T-12**
Zanahorias al Vapor **9T**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada

Kcal: 850 Lip: 23,15 Prot: 40,32 HC: 124,85

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Viernes

4 Arroz con Tomate
Jureles al Horno en Salsa de Adobo **4-9T-12**
Ensalada de Lechuga y Tomate **9T-12**
Pan Integral 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 745,61 Lip: 25,91 Prot: 32,15 HC: 97,88

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo

11 Arroz Caldoso de Verduras
Merluza al Horno con Salsa Atomatada **2T-4-9T-14T**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 778,37 Lip: 23,94 Prot: 30,35 HC: 114,40

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18 Ensalada Mixta: lechuga, tomate y zanahoria **9T-12**
Hot Dog **1-3T-6T-7T-11T**
Patatas Fritas (tipo chip)
Postre especial

Kcal: 539,88 Lip: 27,32 Prot: 16,27 HC: 56,50

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Kcal: 688 Lip: 21,92 Prot: 25,06 HC: 98,59

Cena: Patata + Pescado + Fruta

7 Crema de Calabaza
Albóndigas de Cerdo con Tomate **1-6-12**
Arroz Pilaf **9T**
Pan Integral 50g. **1-11T**
Fruta Temporada

14 Sopa de Cocido **1-3T-9T**
Cocido Completo **9T**
Pan 50g. **1-11T**
Fruta Temporada + Leche

Kcal: 726 Lip: 24,75 Prot: 34,96 HC: 85,04

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramuces
- 14-Moluscos

mediterránea

La fruta corresponderá habitualmente a: mandarina, manzana, naranja, pera, kiwi y plátano.
Disponemos de información sobre alergias e intolerancias alimentarias (R.E. 1169/2011). Solicítela a nuestro personal.