

Lunes

- 5** Lentejas Con Arroz.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 12** Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 19** Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Tomate y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

Martes

6



FESTIVO

- 13** Arroz Campesina.
Gallo al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 20** Judías Pintas Estofadas.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Miércoles

7

- Crema de Verduras ECO.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- 14** Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 21** Arroz Campesina.
Gallo al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

1

- Menestra de Verduras Rehogada.
Tortilla Francesa.
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

8



FESTIVO

- 15** Espirales con Atún.
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 22** Ensalada de Lechuga y Tomate
Hot Dog sin Pan
Patatas Chips
Pan y Agua
Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

DÍA ESPECIAL

Viernes

2

- Garbanzos Estofados con Verduras.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

9

- Macarrones con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

16

- Crema de Calabacín ECO.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Pasta
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

23

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.