

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>3</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Salmón al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>4</b> Crema de Calabaza ECO. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>5</b> Coditos al Gratén Merluza al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Judías Pintas Estofadas. <b>Salchichas de Pavo al Horno</b> Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>7</b> Paella de Verduras y Marisco Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>10</b> Macarrones Boloñesa Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>13</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Judías Verdes Rehogadas. Palometa a la Riojana. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
<b>17</b> Judías Pintas Estofadas. Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO. Medallón de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>19</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>21</b> Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + 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>3</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Salmón al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>4</b> Crema de Calabaza ECO. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>5</b> Coditos al Gratén Merluza al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Judías Pintas Estofadas. Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>7</b> Paella de Verduras y Marisco Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>10</b> Macarrones Boloñesa Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Arroz Murciano Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>13</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Judías Verdes Rehogadas. Palometa a la Riojana. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
<b>17</b> Judías Pintas Estofadas. Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO. Medallón de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>19</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>21</b> Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + 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>3</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Salmón al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>4</b> Crema de Calabaza ECO. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>5</b> <b>Pasta Sin Huevo al Gratén</b> Merluza al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Judías Pintas Estofadas. Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>7</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Champiñón, Calabacín</b> <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>10</b> <b>Pasta Sin Huevo Boloñesa</b> Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Arroz Murciano <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>13</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Judías Verdes Rehogadas. Palometa a la Riojana. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
<b>17</b> Judías Pintas Estofadas. Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO. <b>Abadejo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>19</b> <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b> <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>21</b> Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + 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>3</b> Lentejas Estofadas con Verduras. <b>Abadejo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>4</b> Crema de Calabaza ECO. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>5</b> <b>Coditos con Tomate</b> <b>Caballa en Aceite</b> Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>6</b> Judías Pintas Estofadas. Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>7</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Champiñón, Calabacín</b> Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>10</b> Macarrones Boloñesa <b>Abadejo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Arroz Murciano <b>Tortilla Francesa.</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>13</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Judías Verdes Rehogadas. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
<b>17</b> Judías Pintas Estofadas. Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO. <b>Abadejo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>19</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>20</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>21</b> Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Verdura + 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.