

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
30	31	1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	1	2	3

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
30	31	1	2	3
		Arroz con Pollo. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	Menestra de Verduras Rehogada. Bacalao con Tomate. Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
6	7	8	9	10
Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	Lentejas Estofadas con Verduras. Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	Pasta Sin Huevo con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Arroz con Pollo. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
13	14	15	16	17
Crema de Calabacín ECO. Pasta Sin Huevo con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Judías Blancas con Chorizo. Salmón al Horno. Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo	Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Lentejas Estofadas con Verduras. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
20	21	22	23	24
Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote. Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	Pasta Sin Huevo al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Pintas Estofadas. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	Arroz con Tomate. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
27	28	1	2	3
Lentejas Con Arroz. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Brócoli Gratinado Marmitako de Salmón. Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
30	31	1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	1	2	3

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
30 Sopa de Fideos Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	31 Lentejas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	1 Arroz con Pollo. Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	3 Crema de Calabacín ECO. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
6 Sopa de Fideos Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	7 Lentejas Estofadas con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	8 Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	9 Arroz con Pollo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	10 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
13 Crema de Calabacín ECO. Pasta Boloñesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	14 Sopa de Fideos Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	15 Judías Blancas con Chorizo. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo	16 Arroz Campesina. Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	17 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Ave + Fruta
20 Crema de Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	21 Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Patata + Lácteo	22 Judías Pintas Estofadas. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	23 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24 Arroz con Tomate. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
27 Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa con York. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	28 Brócoli Gratinado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	1	2	3

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.