

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Judías Pintas Estofadas.
Jurel al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

13 Potaje de Cuaresma.
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 Crema de Verduras ECO.
Merluza Empanada
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

27 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14 Menestra de Verduras Rehogada.
Tallarines a la Boloñesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Paella de Marisco.
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Macarrones con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

1 Crema de Zanahoria ECO.
Ragout de Ternera Estofada.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Bacalao Rebozado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

15 Lentejas Estofadas con Verduras.
Caprichos de Calamar
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

22 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

29 Arroz a Banda.
Hamburguesa Mixta al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Pollo al Ajillo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

9 Arroz con Tomate.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Fideos
Filete de Pollo al Horno
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

23 Codos al Gratén
Salmón al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

30 Garbanzos Estofados con Verduras.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

3 Macarrones Napolitana
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17 Arroz Campesina.
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

24 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

31 Coliflor a la Italiana
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + 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

6 Judías Pintas Estofadas.
Jurel al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

7 Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

1 Crema de Zanahoria ECO.
Ragout de Ternera Estofada.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Pollo al Ajillo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

3 Pasta Sin Huevo Napolitana
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 Potaje de Cuaresma.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

14 Menestra de Verduras Rehogada.
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15 Lentejas con Chorizo.
Jurel al Horno.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

16 Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)
Magro de Cerdo con Tomate.
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17 Arroz Campesina.
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Crema de Verduras ECO.
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

21 Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

23 Pasta Sin Huevo al Gratén
Salmón al Horno.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

24 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Rapollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27 Lentejas Estofadas con Verduras.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Pasta sin Huevo Amatriciana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

29 Arroz a Banda.
Hamburguesa Mixta al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30 Garbanzos Estofados con Chorizo.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

31 Coliflor a la Italiana
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + 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
		1 Crema de Zanahoria ECO. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Pollo al Ajillo Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	3 Macarrones Napolitana Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
6 Judías Pintas Estofadas. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	8 Guisantes Rehogados con Bacon. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	9 Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Sopa de Cocido. Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
13 Potaje de Garbanzos sin Pescado Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	14 Crema de Verduras ECO. Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	15 Lentejas con Chorizo. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	16 Sopa de Fideos Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	17 Arroz Campesina. Tortilla Francesa. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
20 Crema de Verduras ECO. Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	21 Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo	23 Coditos al Gratén Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24 Sopa de Cocido. Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
27 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Macarrones Amatriciana. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	29 Arroz Campesina. Hamburguesa Mixta al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	30 Garbanzos Estofados con Chorizo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	31 Crema de Calabacín ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + 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
		1 Crema de Zanahoria ECO. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Pollo al Ajillo Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	3 Macarrones Napolitana Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta
6 Judías Pintas Estofadas. Jurel al Horno. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	8 Guisantes Rehogados con Bacon. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	9 Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Sopa de Cocido. Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
13 Potaje de Garbanzos sin Pescado Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	14 Menestra de Verduras Rehogada. Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	15 Lentejas con Chorizo. Jurel al Horno. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	16 Sopa de Fideos Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	17 Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Ave + Fruta
20 Crema de Verduras ECO. Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	21 Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo	23 Coditos con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24 Sopa de Cocido. Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
27 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	28 Macarrones Amatriciana. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	29 Arroz Campesina. Hamburguesa Mixta al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	30 Garbanzos Estofados con Chorizo. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	31 Crema de Calabacín ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + 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.