

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



- 13** Arroz Campesina.
Salmón 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.
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- 14** Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 21** Paella de Verduras.
Croquetas de Bacalao
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

1

- Menestra de Verduras Rehogada.
Tortilla Francesa con Queso.
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

8



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

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 22** Ensalada de Lechuga, Queso y Tomate
Hot Dog (salchichas de pavo)
Patatas Chips

Copa de Chocolate y Dulces Navideños

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Viernes

2

- Garbanzos Estofados con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

9

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

Cena: Verdura + Ave + Fruta

16

- Crema de Calabacín ECO.
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Pasta
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

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.