

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Coliflor Gratinada Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	3 Lentejas Estofadas con Verduras. Delicias de Bacalao. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	4 Arroz con Tomate. Merluza a la Riojana. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	5 Crema de Zanahoria ECO. Cordon Bleu Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	6 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
9 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	11 Garbanzos a la Catalana. Salmón al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12 Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta	13 Arroz con Tomate. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo
16 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Lácteo Cena: Patata + Huevo + Lácteo	17 Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaína. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Carne + Fruta Cena: Arroz + Carne + Fruta	18 Coditos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	19 Judías Verdes con Tomate. Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta	20 Arroz Campesina. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta
23 Crema de Calabacín ECO. Palometa con Tomate. Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	24 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	25 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26 Macarrones con Tomate Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	27 Papas con Choco. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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.