

| Lunes  | Martes   | Miércoles   | Jueves   | Viernes   |
|--|--|---|--|---|
| <b>11</b> Arroz con Tomate<br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta   | <b>12</b> Crema de Calabacín ECO<br>Raviolis de Carne en Salsa de Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta                | <b>13</b> Patatas a la Riojana<br>Merluza a la Andaluza<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo       | <b>14</b> Crema de Verduras ECO<br>Potaje de Garbanzos con Huevo Cocido<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta  | <b>15</b> Lentejas Estofadas con Verduras<br>Jurel al Horno<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta       |
| <b>18</b> Coliflor a la Italiana con Salsa de Piquillo y Tomate<br>Lentejas con Chorizo<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo | <b>19</b> Paella de Verduras<br>Empanadillas de Atún<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | <b>20</b> Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo                         | <b>21</b> Macarrones con Tomate<br>Gallo a la Bilbaína<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta | <b>22</b> Fabada Asturiana<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta           |
| <b>25</b> Menestra de Verduras<br>Lacón a la Gallega<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo  | <b>26</b> Judías Pintas Estofadas<br>Bacalao con Tomate<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta             | <b>27</b> Arroz Caldoso con Pollo<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | <b>28</b> Sopa de Cocido<br>Cocido Completo con Verduras<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta                   | <b>29</b> Espirales Amatriciana<br>Jurel al Horno<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + 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>11</b> Arroz con Tomate<br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta  | <b>12</b> Crema de Calabacín ECO<br>Pasta con Tomate<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta                                | <b>13</b> Estofado de Patatas con Verduras<br>Merluza al Horno<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo | <b>14</b> Crema de Verduras ECO<br>Potaje de Garbanzos con Huevo Cocido<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta | <b>15</b> Lentejas Estofadas con Verduras<br>Jurel al Horno<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta                  |
| <b>18</b> Coliflor a la Italiana con Salsa de Piquillo y Tomate<br>Lentejas Estofadas con Verduras<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo | <b>19</b> Paella de Verduras<br>Empanadillas de Atún<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | <b>20</b> Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo                          | <b>21</b> Macarrones con Tomate<br>Gallo a la Bilbaína<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta    | <b>22</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta |
| <b>25</b> Menestra de Verduras<br>Filete de Pollo al Horno<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo   | <b>26</b> Judías Pintas Estofadas<br>Bacalao con Tomate<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta             | <b>27</b> Arroz Caldoso con Pollo<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo  | <b>28</b> Sopa de Fideos<br>Cocido sin Cerdo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta                              | <b>29</b> Espirales con Tomate<br>Boquerones a la Andaluza<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + 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>11</b> Arroz con Tomate<br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta   | <b>12</b> Crema de Calabacín ECO<br>Pasta Boloñesa (Pasta Sin Gluten Sin Huevo)<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta       | <b>13</b> Patatas a la Riojana<br>Merluza a la Andaluza<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo                | <b>14</b> Crema de Verduras ECO<br>Potaje de Garbanzos sin Huevo<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta                                   | <b>15</b> Lentejas Estofadas con Verduras<br>Jurel al Horno<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta                                  |
| <b>18</b> Coliflor a la Italiana con Salsa de Piquillo y Tomate<br>Lentejas con Chorizo<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo | <b>19</b> Paella de Verduras<br>Cinta de Lomo al Horno<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta | <b>20</b> Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo                                  | <b>21</b> Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)<br>Gallo a la Bilbaína<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta | <b>22</b> Fabada Asturiana<br>Filete de Pollo al Horno<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                               |
| <b>25</b> Menestra de Verduras<br>Lacón a la Gallega<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo  | <b>26</b> Judías Pintas Estofadas<br>Bacalao con Tomate<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta             | <b>27</b> Arroz Caldoso con Pollo<br>Salchichas de Pavo al Horno<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta | <b>28</b> Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)<br>Cocido Completo con Verduras<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo            | <b>29</b> Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)<br>Jurel al Horno<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + 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>11</b> Arroz con Tomate<br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta   | <b>12</b> Crema de Calabacín ECO<br>Raviolis de Carne en Salsa de Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta                | <b>13</b> Patatas a la Riojana<br>Filete de Pollo al Horno<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo    | <b>14</b> Crema de Verduras ECO<br>Potaje de Garbanzos con Huevo Cocido<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta               | <b>15</b> Lentejas Estofadas con Verduras<br>Jurel al Horno<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta                 |
| <b>18</b> Coliflor a la Italiana con Salsa de Piquillo y Tomate<br>Lentejas con Chorizo<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo | <b>19</b> Paella de Verduras<br>Empanadillas de Atún<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | <b>20</b> Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo                         | <b>21</b> Macarrones con Tomate<br>Salchichas de Pavo al Horno<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta | <b>22</b> Fabada Asturiana<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                     |
| <b>25</b> Menestra de Verduras<br>Lacón a la Gallega<br>Patatas Panadera<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo  | <b>26</b> Judías Pintas Estofadas<br>Filete de Pollo al Horno<br>Pimientos Asados<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta       | <b>27</b> Arroz Caldoso con Pollo<br>Tortilla Francesa<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | <b>28</b> Sopa de Cocido<br>Cocido Completo con Verduras<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta                                | <b>29</b> Espirales Amatriciana<br>Boquerones a la Andaluza<br>Ensalada de Tomate y Aceitunas<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + 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.