

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		
3	Coliflor a la Gallega Macarrones Bolonesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	4	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	5	Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	6	Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	7	Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur	
Kcal: 627 Lip: 19.80 Prot: 22.20 HC: 89.75 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo		Kcal: 557 Lip: 19.70 Prot: 25.68 HC: 69.11 Cena: Patata + Carne + Fruta		Kcal: 691 Lip: 19.85 Prot: 39.59 HC: 92.18 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Kcal: 651 Lip: 15.31 Prot: 39.53 HC: 92.04 Cena: Verdura + Pescado + Fruta		Kcal: 551 Lip: 21.74 Prot: 26.80 HC: 60.57 Cena: Arroz + Ave + Fruta		
10	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	11	Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	12	Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	13	Coditos al Gratin Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	14	 FESTIVO	
17	Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	18	Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	19	Paella de Verduras Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	20	Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	21		Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
24	Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	25	Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada	26	Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	27	Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	28		Lentejas Estofadas con Verduras Salmon al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 574 Lip: 19.40 Prot: 26.83 HC: 76.45 Cena: Verdura + Carne + Lácteo		Kcal: 599 Lip: 20.99 Prot: 37.57 HC: 64.02 Cena: Pasta + Pescado + Fruta		Kcal: 641 Lip: 18.32 Prot: 28.74 HC: 93.17 Cena: Verdura + Ave + Fruta		Kcal: 651 Lip: 15.31 Prot: 39.53 HC: 92.04 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 723 Lip: 22.79 Prot: 26.18 HC: 102.16 Cena: Patata + Huevo + Fruta		
Kcal: 767 Lip: 28.17 Prot: 20.59 HC: 106.85 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 626 Lip: 18.63 Prot: 33.61 HC: 82.28 Cena: Patata + Huevo + Fruta		Kcal: 688 Lip: 19.04 Prot: 38.79 HC: 93.94 Cena: Verdura + Carne + Fruta		Kcal: 819 Lip: 32.13 Prot: 35.53 HC: 100.81 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 776 Lip: 30.45 Prot: 43.64 HC: 84.90 Cena: Arroz + 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.