

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

5 Pochas con Chistorra
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

6



FESTIVO

7



FESTIVO

8



FESTIVO

1 Garbanzos Estofados con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

11 Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz a Banda
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria ECO en Guiso
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13

Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

14

Crema de Calabacín
Pollo Asado
Arroz Pilaf
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

15

Garbanzos Encebollados con Chorizo
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Pasta Boloñesa de Pollo (Pasta sin Huevo)
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

19 Arroz Cinco Delicias
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo con Verduras
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

Crema de Verduras
Pollo al Ajillo
Patatas Dado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Entremeses Fríos (York, Chorizo y Salchichón)
Salmón al Horno
Patatas Fritas
Macedonia de Fruta Casera

Cena: Pasta + 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

4 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

5 Pochas con Chistorra
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

6**7****8**

1 Garbanzos Estofados con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

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

12 Arroz a Banda
Filete de Pollo al Horno
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13

Sopa de Picadillo de Pollo
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

14

Crema de Calabacín
Cinta de Lomo al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

15

Garbanzos Encebollados con Chorizo
Rape al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Tallarines a la Boloñesa
Gallo a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

19 Arroz Cinco Delicias
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

20

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

21

Crema de Verduras
Pollo al Ajillo
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Judías Verdes con Tomate
Hamburguesa de Ternera Completa (Sin Pan)
Patatas Fritas
Pan y Agua
Macedonia de Fruta Casera
Cena: Pasta + 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

4 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

5 Crema de Calabacín
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6



7



8



11 Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

12 Arroz Campesina
Ensalada de Lechuga y Maíz
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13

Brocoli Salteado
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

14

Crema de Calabacín
Cinta de Lomo al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

15

Estofado de Patatas con Verduras
Lacón a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

18 Tallarines a la Boloñesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

19 Arroz Cinco Delicias
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

20

Brocoli Salteado
Tortilla de Patata con Cebolla

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

Crema de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

22

Ensalada de Lechuga, Tomate y Queso
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Macedonia de Fruta Casera
Cena: Pasta + 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.