

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz Tres Delicias  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** **Macarrones con Tomate**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** **Coditos con Tomate**  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25****26****27****28****29**

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** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** **Macarrones con Tomate**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** **Coditos con Tomate**  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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** Crema de Calabacín ECO.  
Espirales con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

**6** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas.  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones con Tomate  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

**13** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Tortilla Francesa.  
Guisantes Rehogados.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**19** Paella de Verduras.  
Limanda al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco.  
Arroz Pilaf  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**25**  
  
FESTIVO

**26**  
  
FESTIVO

**27**  
  
FESTIVO

**28**  
  
FESTIVO

**29**  
  
FESTIVO

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** Crema de Calabacín ECO  
**Pasta Sin Huevo Boloñesa**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
 Cinta de Lomo Adobado al Horno  
 Patatas Dado  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**18** Brócoli Salteado  
 Albóndigas de Ternera en Salsa  
 Guisantes Rehogados  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**25**

FESTIVO

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
 Champiñón Rehogado  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**12** **Pasta Sin Huevo con Tomate**  
 Limanda en Salsa  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**19** Paella de Verduras  
 Lacón a la Gallega  
 Patatas Panadera  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**26**

FESTIVO

**6** Lentejas con Chorizo  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
**Filete de Pollo al Horno**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
**Limanda al Horno**  
 Ensalada Tricolor  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**27**

FESTIVO

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**14** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**  
 Cocido Completo con Verduras  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**28**

FESTIVO

**1** **Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina**  
**Limanda al Horno**  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
 Merluza al Horno  
 Patatas Panadera  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
 Caballa en Aceite  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**22** **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
 Merluza a la Bilbaína  
 Pimiento Asado en Guiso  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**29**

FESTIVO

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** Crema de Calabacín ECO  
**Pasta Sin Gluten Boloñesa**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
 Champiñón Rehogado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** **Crema de Verduras ECO**  
 Tortilla Francesa  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** **Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina**  
 Tortilla de Patata con Cebolla  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
 Merluza al Horno  
 Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
 Cinta de Lomo Adobado al Horno  
 Patatas Dado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** **Pasta Sin Gluten con Tomate**  
 Limanda en Salsa  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz Tres Delicias  
 Tortilla de Patata con Cebolla  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**  
 Cocido Completo con Verduras  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
 Caballa en Aceite  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
 Albóndigas de Ternera en Salsa  
 Guisantes Rehogados  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
 Lacón a la Gallega  
 Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** **Estofado de Patatas con Verduras**  
 Tortilla Francesa con Atún  
 Ensalada Tricolor  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** **Pasta Sin Gluten al Gratén**  
 Merluza a la Bilbaína  
 Pimiento Asado en Guiso  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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.

# Menú Toledo in situ Marzo 2024

Sin Pescado ni Marisco - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Salchichas de Pavo al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
FESTIVO

**26**  
  
FESTIVO

**27**  
  
FESTIVO

**28**  
  
FESTIVO

**29**  
  
FESTIVO

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** Crema de Calabacín ECO  
**Pasta Sin Gluten Boloñesa**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
 Champiñón Rehogado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** **Crema de Verduras ECO**  
 Tortilla Francesa  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** **Pasta Sin Gluten con Tomate**  
 Tortilla de Patata con Cebolla  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
 Merluza al Horno  
 Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
**Fruta de Temporada**  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
 Cinta de Lomo Adobado al Horno  
 Patatas Dado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** **Pasta Sin Gluten con Tomate**  
 Limanda en Salsa  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
 Tortilla de Patata con Cebolla  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**  
 Cocido Completo con Verduras  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
 Caballa en Aceite  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
 Albóndigas de Ternera en Salsa  
 Guisantes Rehogados  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
 Lacón a la Gallega  
 Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** **Estofado de Patatas con Verduras**  
 Tortilla Francesa con Atún  
 Ensalada Tricolor  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** **Pasta Sin Gluten con Tomate**  
 Merluza a la Bilbaína  
 Pimiento Asado en Guiso  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
 Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** **Crema de Verduras ECO**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz Tres Delicias  
Tortilla de Patata con Cebolla  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** **Sopa de Fideos**  
**Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata**  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** **Estofado de Patatas con Verduras.**  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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** Crema de Calabacín ECO  
**Pasta Sin Huevo Boloñesa**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
 Champiñón Rehogado  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**1** **Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina**  
**Filete de Pollo al Horno**  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
 Patatas Panadera  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
 Cinta de Lomo Adobado al Horno  
 Patatas Dado  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**12** **Pasta Sin Huevo con Tomate**  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
**Filete de Pollo al Horno**  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**14** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**  
 Cocido Completo con Verduras  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
 Albóndigas de Ternera en Salsa  
 Guisantes Rehogados  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**19** Paella de Verduras  
 Lacón a la Gallega  
 Patatas Panadera  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
**Arroz Pilaf**  
 Ensalada Tricolor  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** **Judías Blancas Estofadas con Verduras**  
 Pollo Asado  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**22** **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
 Pimiento Asado en Guiso  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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.