

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1



2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7

Paella Mixta.  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

22

Coditos al Gratén  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Boquerones a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

27

Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina  
Rabas de Calamar  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial

**Cena:** Verdura + 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO  
**Merluza al Horno**  
 Guisantes Rehogados  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Legumbre + Lácteo

3

**Judías Blancas Estofadas con Verduras**  
 Tortilla Francesa con Atún  
 Ensalada de Lechuga y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

6 **Judías Verdes con Tomate**  
**Fillete de Pollo al Horno**  
 Patatas Panadera  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7 Paella Mixta.  
 Merluza al Horno  
 Verduras Asadas  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

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

9 **Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10 **Estofado de Patatas con Verduras**  
 Bacalao con Tomate  
 Guisantes Rehogados  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

13 Fideuá de Verduras y Pollo  
 Tortilla Francesa  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
 Pollo al Ajillo  
 Ensalada de Lechuga y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

15 Arroz Campesina  
 Merluza a la Andaluza  
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Crema de Verduras ECO  
 Albóndigas de Ternera en Salsa  
 Patatas Dado en Guiso  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

17

20 Arroz con Tomate  
 Croquetas de Bacalao  
 Ensalada de Lechuga y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras  
 Rotti de Pavo al Horno  
 Zanahoria en Guiso  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

22 Coditos al Gratén  
 Tortilla Francesa  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23 **Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Guiso de Verduras ECO con Patatas  
 Boquerones a la Andaluza  
 Ensalada de Lechuga y Tomate  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

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

28 Arroz Campesina  
 Rabas de Calamar  
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
 Pollo Asado  
 Patatas Panadera  
 Pan Integral y Agua  
 Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30 Macarrones con Tomate  
 Escalope de Merluza  
 Ensalada de Lechuga y Maíz  
 Pan y Agua  
 Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7

**Arroz con Pollo**  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras  
Rottí de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

22

**Coditos con Tomate**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas  
**Bacalao al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua

**Fruta de Temporada y Yogur de Soja****Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

27

Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29

**Crema de Verduras ECO**  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Macarrones con Tomate  
**Bacalao al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**

**Cena:** Verdura + 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

8

Crema de Calabacín ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

**Pan Sin Gluten y Agua**

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz

**Pan Sin Gluten y Agua**

Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

**Pan Sin Gluten y Agua**

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso

**Pan Sin Gluten y Agua**

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

21

Crema de Verduras ECO  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

22

Pasta Sin Gluten al Gratén  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

27

Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Pasta Sin Gluten con Tomate  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Fruta de Temporada y Postre Especial

**Cena:** Verdura + 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

1



2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

7

**Arroz con Pollo**  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

8

Lentejas con Chorizo  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9

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

**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

10

Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

13

**Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)**  
**Caballa en Aceite**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

15

Arroz Campesina  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

17



20

Arroz con Tomate  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

21

Lentejas Estofadas con Verduras  
Rottí de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

22

**Pasta Sin Huevo al Gratén**  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

23

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas  
**Bacalao al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

27

Lentejas con Chorizo  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

28

Arroz Campesina  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

29

Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Legumbre + Fruta

30

**Pasta Sin Huevo con Tomate**  
**Bacalao al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial

**Cena:** Verdura + 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.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**6** Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Legumbre + Fruta

**13** Fideuá de Verduras y Pollo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**20** Arroz con Tomate  
**Tortilla Francesa con Queso**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**27** Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**7** **Arroz con Pollo**  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**14** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Patata + Fruta

**28** Arroz Campesina  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

1



FESTIVO

**8** Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**15** Arroz Campesina  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**29** **Crema de Verduras ECO**  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**2** Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

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

**16** Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

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

**30** Macarrones con Tomate  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**3** Judías Blancas con Chorizo  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**10** Patatas a la Riojana  
**Tortilla Francesa con Queso**  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta



FESTIVO

**24** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**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

1



FESTIVO

2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6

Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

7

Arroz con Pollo  
Merluza al Horno  
Verduras Asadas

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Crema de Calabacín ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
Guisantes Rehogados

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

13

Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

15

Arroz Campesina  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17



FESTIVO

20

Arroz con Tomate  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

21

Crema de Verduras ECO  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

22

Pasta Sin Gluten con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

23

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

27

Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Arroz Campesina  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Crema de Verduras ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera

Pan Sin Gluten y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30

Pasta Sin Gluten con Tomate  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Sin Gluten y Agua



Fruta de Temporada

Cena: Verdura + 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
		1	2	3
				
		<b>FESTIVO</b>		
6	7	8	9	10
Judías Verdes con Tomate Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>Arroz con Pollo</b> Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
13	14	15	16	17
Fideuá de Verduras y Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	
				<b>FESTIVO</b>
20	21	22	23	24
Arroz con Tomate <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Rottí de Pavo al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>Coditos con Tomate</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	Guiso de Verduras ECO con Patatas <b>Bacalao al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta
27	28	29	30	
Lentejas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Arroz Campesina <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>Crema de Verduras ECO</b> Pollo Asado Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	Macarrones con Tomate <b>Bacalao al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Verdura + 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
		1	2	3
				
6 Judías Verdes con Tomate Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	7 Arroz con Pollo Salchichas de Pavo al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	8 Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	9 Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	10 Judías Blancas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta
13 Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten) Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta	15 Arroz Campesina Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	16 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	17 
20 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	21 Lentejas Estofadas con Verduras Rottí de Pavo al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta	22 Pasta Sin Huevo al Gratén Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	24 Guiso de Verduras ECO con Patatas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta
27 Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	28 Arroz Campesina Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta	29 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Legumbre + Fruta	30 Pasta Sin Huevo con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + 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.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**6** Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**13** Fideuá de Verduras y Pollo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Arroz con Tomate  
Croquetas de Bacalao  
  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**27** Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Paella Mixta.  
Merluza al Horno  
  
Verduras Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**14** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Crema de Verduras ECO  
Rottí de Pavo al Horno  
  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**28** Arroz Campesina  
Rabas de Calamar  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

1



**8** Crema de Calabacín ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**15** Arroz Campesina  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Tortilla Francesa  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**29** Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

2

Crema de Zanahoria ECO  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

**16** Crema de Verduras ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado en Guiso  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

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

**30** Macarrones con Tomate  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

3

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**10** Patatas a la Riojana  
Bacalao con Tomate  
  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

17



**24** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Boquerones a la Andaluza  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**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.