

# Menú Toledo in situ Enero 2025

Sin Gluten - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

## Lunes

6

**Estofado de Patatas con Verduras**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Pasta + Pescado + Lácteo

13

**Arroz con Tomate**  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Huevo + Fruta

14

Judías Verdes con Tomate  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Pescado + Lácteo

20

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Huevo + Fruta

21

**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Pescado + Lácteo

27

**Estofado de Patatas con Verduras**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Carne + Fruta

28

**Paella Mixta**  
**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Martes

7

**Pasta Sin Gluten con Tomate**  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

8

**Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)**  
Coccido Completo con Verduras  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Pescado + Lácteo

15

**Sopa de Arroz**  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Fruta

16

**Pasta Sin Gluten con Atún**  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Fruta

17

Crema de Verduras ECO  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Dado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Huevo + Fruta

## Miércoles

9

**Crema de Zanahoria ECO**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Pimientos Asados  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Pescado + Fruta

10

Paella de Verduras  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Jueves

9

**Sopa de Arroz**  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Pescado + Fruta

23

**Fideuá de Verduras ECO (pasta sin gluten ni huevo)**  
**Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

30

**Pasta Sin Gluten Boloñesa**  
**Salmón al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Fruta

31

Crema de Calabacín ECO  
Lacón al Horno  
Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Pescado + Fruta

## Viernes

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: g, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1189/2011. 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 Enero 2025

Sin Lactosa - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	Paella de Verduras Lomo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	
13	14	15	16	17
Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	Arroz con Tomate <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Macarrones con Atún Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	Crema de Verduras ECO <b>Hamburguesa de Ternera</b> Patatas Dado Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
20	21	22	23	24
Judías Blancas con Tomate <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	Fideuá de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	Sopa de Arroz Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	Guisantes a la Sevillana Salmón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta
27	28	29	30	31
Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	Paella Mixta <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	Espirales a la Bolornesa <b>Salmón al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lípidos: g. Proteínas: g. Hidratos de Carbono: g.  
FRUTA VARIEDAD Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1189/2011. 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 Enero 2025

Sin Carne - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
		Macarrones con Tomate Cebolla en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Patata + Lácteo</b>	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Patata + Pescado + Fruta</b>	Paella de Verduras <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Lácteo</b>
13	14	15	16	17
<b>Lentejas Estofadas con Verduras</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Pasta + Pescado + Lácteo</b>	Arroz con Tomate Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Fruta</b>	<b>Sopa de Fideos</b> <b>Garbanzos Estofados con Verduras</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Pescado + Lácteo</b>	Macarrones con Atún Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Fruta</b>	Crema de Verduras ECO <b>Caballa en Aceite</b> Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cenaz: Pasta + Verdura + Fruta</b>
20	21	22	23	24
Judías Verdes con Tomate Huevos Villarroy Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Arroz + Pescado + Lácteo</b>	Judías Blancas Estofadas con Verduras <b>Arroz Pilaf</b> Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Patata + Huevo + Fruta</b>	Fideuá de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Lácteo</b>	Sopa de Arroz <b>Tortilla Francesa</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Patata + Pescado + Fruta</b>	Guisantes a la Sevillana Salmón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Arroz + Verdura + Lácteo</b>
27	28	29	30	31
<b>Lentejas Estofadas con Verduras</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Patata + Pescado + Fruta</b>	<b>Arroz con Verduras</b> Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Lácteo</b>	<b>Sopa de Fideos</b> <b>Garbanzos Estofados con Verduras</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Pescado + Fruta</b>	<b>Espirales con Tomate</b> Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz: Verdura + Huevo + Fruta</b>	Crema de Calabacín ECO <b>Merluza al Horno</b> Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cenaz: Arroz + Verdura + Fruta</b>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lípidos: g. Proteínas: g. Hidratos de Carbono: g.  
FRUTA VARIEDAD Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1189/2011. 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 Enero 2025

Sin Frutos Secos - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) In situ

## Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes

6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

  

<p>6</p> <p>Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo</p>	<p>7</p> <p>Arroz con Tomate Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>8</p> <p>Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Paella de Verduras Lomo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>
<p>13</p> <p>Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo</p>	<p>14</p> <p>Arroz con Tomate Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>15</p> <p>Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Macarrones con Atún Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Crema de Verduras ECO <b>Hamburguesa de Ternera</b> Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>20</p> <p>Judías Verdes con Tomate Huevos Villarrooy Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>21</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta</p>	<p>22</p> <p>Fideuá de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>23</p> <p>Sopa de Arroz Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>24</p> <p>Guisantes a la Sevillana Salmón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>
<p>27</p> <p>Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta</p>	<p>28</p> <p>Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>29</p> <p>Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>30</p> <p>Espirales a la Boloñesa Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>31</p> <p>Crema de Calabacín ECO Lacón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía; Kcal. Lípidos; g. Proteínas; g. Hidratos de Carbono; g. FRUTA VARIEDAD Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1189/2011. 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 Enero 2025

Sin Huevo - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
Lentejas con Chorizo <b>Salmon al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maiz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	Arroz con Tomate <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b> Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maiz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas Estofadas con Verduras <b>Filete de Pollo al Horno</b> Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Patata + Pescado + Fruta	Paella de Verduras Lomo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo
13	14	15	16	17
Lentejas con Chorizo <b>Salmon al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maiz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	Arroz con Tomate <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>Pasta Sin Huevo con Atún</b> Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Ave + Fruta	Crema de Verduras ECO <b>Hamburguesa de Ternera</b> Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cenaz:</b> Arroz + Pescado + Fruta
20	21	22	23	24
Judías Verdes con Tomate <b>Lacón al horno</b> Ensalada de Lechuga y Maiz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>Fideuá de Verduras ECO (pasta sin gluten ni huevo)</b> Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Ave + Lácteo	Sopa de Arroz Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Patata + Pescado + Fruta	Guisantes a la Sevillana Salmón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Arroz + Carne + Fruta
27	28	29	30	31
Lentejas con Chorizo <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Patata + Pescado + Fruta	Paella Mixta <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maiz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>Pasta Sin Huevo Boloñesa</b> <b>Salmón al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cenaz:</b> Verdura + Ave + Fruta	Crema de Calabacín ECO Lacón al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cenaz:</b> Arroz + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía; Kcal. Lípidos; g. Proteínas; g. Hidratos de Carbono; g. FRUTA VARIEDAD Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1189/2011. 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 Enero 2025

Sin Huevo, Frutos secos ni Pescado - - CEIP Ciudad de Nara (Toledo) in situ

## Lunes

6

13

Lentejas con Chorizo  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Pasta + Verdura + Lácteo

14

Arroz con Tomate  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Fruta

15

**Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

16

**Pasta Sin Huevo con Tomate**  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Fruta

17

Crema de Verduras ECO  
**Hamburguesa de Ternera**  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Verdura + Fruta

## Martes

7

Judías Verdes con Tomate  
**Lacón al horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Verdura + Lácteo

21

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Carne + Fruta

22

**Fideuá de Verduras ECO (pasta sin gluten ni huevo)**  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Lácteo

23

Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Ave + Fruta

24

Guisantes a la Sevillana  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

8

**Pasta Sin Huevo con Tomate**  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Carne + Lácteo

9

Lentejas Estofadas con Verduras  
**Filete de Pollo al Horno**  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Verdura + Fruta

## Jueves

9

Lentejas Estofadas con Verduras  
**Filete de Pollo al Horno**  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Verdura + Fruta

10

Paella de Verduras  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Lácteo

## Viernes

10

Paella de Verduras  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Lácteo

27

Lentejas con Chorizo  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Carne + Fruta

28

Arroz con Verduras  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

29

**Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Carne + Fruta

30

**Pasta Sin Huevo Boloñesa**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Legumbre + Fruta

31

Crema de Calabacín ECO  
Lacón al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Verdura + 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. 1189/2011. 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

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

7

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

8

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

9

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

10

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

13

**Estofado de Patatas con Verduras**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Pasta + Pescado + Lácteo

14

Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Huevo + Fruta

15

**Sopa de Fideos**  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Pescado + Lácteo

16

Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Fruta

17

Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Huevo + Fruta

20

Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarrooy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Pescado + Lácteo

21

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Huevo + Fruta

22

Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Lácteo

23

Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Pescado + Fruta

24

Guisantes a la Sevillana  
Salmón al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Arroz + Carne + Fruta

27

**Estofado de Patatas con Verduras**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Patata + Carne + Fruta

28

Paella Mixta  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Huevo + Lácteo

29

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

30

Espirales a la Bolorfesa  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cenaz:** Verdura + Ave + Fruta

31

Crema de Calabacín ECO  
Lacón al horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cenaz:** Arroz + Pescado + Fruta

mediterránea