

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Codos con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Integral con Salsa Teriyaki y Verduras Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Pasta Sin Gluten ni Huevo al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta 	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo 	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta 	14 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Crema de Verduras ECO Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta 	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Sopa de Arroz Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 	29 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Coditos con Tomate Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Integral con Salsa Teriyaki y Verduras Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Fruta	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Pasta al Ajillo Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Codositos con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	6 Pasta Sin Gluten ni Huevo al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Integral con Salsa Teriyaki y Verduras Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Filete de Pollo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Legumbre + 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 Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Tortilla Francesa Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Coditos con Tomate Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Integral con Salsa Teriyaki y Verduras Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	27 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Coditos con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Estofado de Patatas con Verduras Merluza a la Riojana Pimientos Asados Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
11 Crema de Calabacín ECO Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Crema de Verduras ECO Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Estofado de Patatas con Verduras Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Arroz Rehogado Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Sopa de Arroz Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Champiñón Rehogado Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Codos con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Integral con Salsa Teriyaki y Verduras Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Salchichas de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Pescado + Fruta	14 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Lentejas Estofadas con Verduras Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Carne + Fruta
25 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Salchichas de Pavo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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
4 Arroz Integral con Tomate Lentejas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Carne + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	6 Pasta Sin Gluten ni Huevo al Ajillo Salchichas de Pavo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Pasta + Verdura + Fruta	8 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
11 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Arroz + Verdura + Fruta	14 Lentejas Castellanas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
18 Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Pasta Sin Gluten ni Huevo con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Garbanzos a la Catalana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada  Cena: Patata + Carne + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	26 Lentejas Castellanas Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	27 Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Garbanzos Estofados con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera  Cena: Verdura + Ave + Lácteo	29 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Legumbre + 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 Integral con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Brócoli Salteado Magro de Cerdo con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Macarrones al Ajillo Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta 	8 Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
11 Coditos con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Arroz Rehogado Judías Blancas Estofadas con Verduras Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo 	13 Crema de Verduras ECO Ragout de Ternera Estofada Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta 	14 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Judías Verdes con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
18 Crema de Verduras ECO Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	19 Macarrones Integrales con Tomate Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Paella de Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	21 Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 	22 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
25 Alcachofas con Salsa de Puerro y Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	26 Sopa de Arroz Filete de Merluza al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	27 Patatas a la Marinera Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 	29 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Lomo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur 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.