

Lunes

5

Martes

6

Miércoles

7

Jueves

8

Viernes

9

12

Ensaladilla Rusa

Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

13

Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate

Guiso Marinero de Alubias
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

14

Macarrones Napolitana

Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

15

Lentejas Estofadas con Verduras

Croquetas de Pollo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

16

Arroz Cinco Delicias

Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 663 Lip: 24,69 Prot: 39,54 HC: 73,05**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

19

Crema de Zanahoria ECO
Lasaña de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 570 Lip: 13,62 Prot: 31,41 HC: 80,04**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

20

Arroz con Conejo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

21

Judías Verdes con Tomate
Guiso de Patata con Merluza
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

22

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

23

Coliflor a la Italiana
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 611 Lip: 14,24 Prot: 18,28 HC: 100,53**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26

Arroz con Tomate
Gallo a la Romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 656 Lip: 24,01 Prot: 22,89 HC: 91,00**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

27

Crema de Calabacín ECO
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

28

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

29

Fideuá de Verduras ECO
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

30

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Queso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 840 Lip: 22,86 Prot: 39,31 HC: 104,19**Cena:** Verdura + Ave + Fruta**Kcal: 511 Lip: 17,94 Prot: 26,31 HC: 60,65****Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo**Kcal: 819 Lip: 38,68 Prot: 45,22 HC: 75,48****Cena:** Arroz + Huevo + Fruta**Kcal: 807 Lip: 22,07 Prot: 36,55 HC: 90,66****Cena:** Verdura + Carne + Fruta**Kcal: 809 Lip: 30,62 Prot: 37,40 HC: 93,02****Cena:** Patata + Pescado + 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 |
|--|--|---|--|---|
| 5 Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | 6 Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | 7 Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | 8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | 9 Judías Verdes con Mayonesa Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | 13 Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | 14 Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | 15 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | 16 Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | 20 Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | 21 Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | 22 Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | 23 Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 26 Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | 27 Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | 28 Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | 29 Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | 30 Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|--|--|---|--|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|---|---|--|---|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Pasta Sin Gluten Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Coliflor a la Gallega Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana (Harina sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Pasta Sin Gluten con Verduras Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Judías Verdes Rehogadas con Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|--|--|---|--|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Crema de Calabacín Judías Blancas Estofadas con Verduras Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Sopa de Fideos Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Fideuá de Verduras ECO Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|--|--|--|---|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Crema de Calabacín Judías Blancas Estofadas con Verduras Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Sopa de Fideos Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Fideuá de Verduras ECO Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|--|--|---|--|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Crema de Calabacín Judías Blancas Estofadas con Verduras Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Sopa de Fideos Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Fideuá de Verduras ECO Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Queso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|---|--|--|---|--|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Pasta Sin Huevo Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa sin Mayonesa Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Brócoli Salteado Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Pasta Sin Huevo Napolitana Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Crema de Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta Sin Huevo con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Conejo Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Crema de Verduras Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Carne + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta | Pasta Sin Huevo con Verduras Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|---|--|---|--|---|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz Rehogado Caballa en Aceite Zanahorias Baby Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Judías Verdes con Mayonesa Pasta Rehogada con Carne de Pollo Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Crema de Calabacín Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta | Pasta Rehogada con Queso Tortilla Francesa con Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas sin Pimiento ni Tomate Croquetas de Pollo Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta | Arroz Cinco Delicias Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Pasta Rehogada con Atún Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Arroz con Verduras sin Pimiento ni Tomate Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes Rehogadas Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Garbanzos Estofados con Chorizo sin Pimiento Tortilla de Patata con Cebolla Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta | Sopa de Fideos Gallo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz Rehogado Gallo a la Romana Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras sin Pimiento Alitas de Pollo al Ajillo Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta | Fideuá de Verduras sin Pimiento ni Tomate Palometa al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta | Lentejas Con Arroz sin Pimiento ni Tomate Tortilla Francesa Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + 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 |
|--|--|--|---|--|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Ave + Lácteo | Judías Verdes con Mayonesa Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Champiñón al Ajillo Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Pescado + Lácteo |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Ensaladilla Rusa Cinta de Lomo Adobado al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Berenjenas ECO en Guiso en Salsa de Tomate Guiso Marinero de Alubias Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Ave + Lácteo | Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Arroz Cinco Delicias Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Lácteo |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Crema de Zanahoria ECO Lasaña de Atún Calabacín Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Arroz con Conejo Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Merluza Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Ave + Lácteo | Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Calabacín Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Lácteo | Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Huevo + Lácteo |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Arroz con Tomate Gallo a la Romana Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Ave + Lácteo | Crema de Calabacín ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | Judías Blancas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Ajillo Calabacín Rehogado Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Huevo + Lácteo | Fideuá de Verduras ECO Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Carne + Lácteo | Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Zanahoria Dado Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Pescado + Lácteo |

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.