

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Espirales al Ajillo Palometa con Tomate. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	3 Arroz con Pisto Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	4 Crema de Calabacín ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Lácteo Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	5 Paella de Verduras. Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	6 Coliflor a la Gallega Lentejas con Pollo y Patatas. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta
9 Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Alubias Blancas Guisadas Eco Abadejo al Horno a las Finas Hierbas Ensalada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Judías Verdes con Tomate. Delicias de Bacalao. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta	13 Macarrones Integrales con Boloñesa de Pollo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo
16  FESTIVO	17  FESTIVO	18 Arroz con Tomate. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	19 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta	20 Menestra de Verduras. Judías Viudas Blancas (Patatas en Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta
23 Macarrones con Tomate Salmón en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo	24 Arroz Campesina. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	25 Crema de Brócoli y Zanahoria. Pinchito de Pollo Rustido Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	26 Garbanzos a la Catalana. Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta Cena: Pasta + Verdura + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + 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
2 Espirales al Ajillo Palometa con Tomate. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	3 Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	4 Crema de Calabacín ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Lácteo Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	5 Paella de Verduras. Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	6 Coliflor a la Gallega Lentejas con Pollo y Patatas. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta
9 Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Judías Verdes con Tomate. Merluza al Horno. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta	13 Macarrones Integrales con Boloñesa de Pollo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo
16  FESTIVO	17  FESTIVO	18 Arroz con Tomate. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	19 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta	20 Menestra de Verduras. Judías Viudas Blancas (Patatas en Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta
23 Macarrones con Tomate Salmón en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo	24 Arroz Campesina. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	25 Crema de Brócoli y Zanahoria. Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	26 Garbanzos a la Catalana. Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta Cena: Pasta + Verdura + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + 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.