

## Lunes

8 Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 659 **Lip:** 23,25 **Prot:** 35,71 **HC:** 74,53

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz a la Cubana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 694 **Lip:** 31,54 **Prot:** 25,52 **HC:** 80,58

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22 Espaguetis con Tomate  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 784 **Lip:** 29,16 **Prot:** 17,58 **HC:** 95,65

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

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

**Kcal:** 708 **Lip:** 33,44 **Prot:** 30,13 **HC:** 74,81

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

9 Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 618 **Lip:** 28,33 **Prot:** 28,64 **HC:** 65,16

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

16 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 727 **Lip:** 35,63 **Prot:** 31,68 **HC:** 70,73

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23 Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 539 **Lip:** 18,90 **Prot:** 37,19 **HC:** 53,27

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30 Arroz Tres Delicias  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 683 **Lip:** 20,68 **Prot:** 40,44 **HC:** 63,20

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

10 Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 476 **Lip:** 15,57 **Prot:** 27,55 **HC:** 57,03

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

17 Judías Verdes con Tomate  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 454 **Lip:** 13,24 **Prot:** 19,55 **HC:** 66,09

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

24 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 648 **Lip:** 27,66 **Prot:** 28,27 **HC:** 74,62

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

31 Crema de Calabacín ECO  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 433 **Lip:** 17,62 **Prot:** 28,23 **HC:** 39,93

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

11 Paella de Verduras  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 750 **Lip:** 24,92 **Prot:** 24,30 **HC:** 89,71

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18 Macarrones Gratinados  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 753 **Lip:** 30,33 **Prot:** 22,83 **HC:** 80,47

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

25 Paella Mixta.  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 725 **Lip:** 28,44 **Prot:** 31,16 **HC:** 89,56

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

12 Potaje de Garbanzos Estofados  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Kcal:** 694 **Lip:** 26,58 **Prot:** 24,40 **HC:** 91,15

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Kcal:** 622 **Lip:** 19,13 **Prot:** 43,90 **HC:** 70,27

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

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

**Kcal:** 667 **Lip:** 18,67 **Prot:** 42,89 **HC:** 85,00

**Cena:** Verdura + 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
<b>8</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>9</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>11</b> Paella de Verduras Filetes Rusos con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>15</b> Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Sopa de Fideos Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>17</b> Judías Verdes con Tomate Guiso de Patata con Choco  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>18</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>22</b> Espaguetis con Tomate Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>24</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>25</b> Paella Mixta. Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>26</b> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo  Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>29</b> Lentejas Estofadas con Verduras  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>30</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO  Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + 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

**8**  
Pasta Sin Gluten con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15**  
Arroz a la Cubana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**22**  
Pasta Sin Gluten con Tomate  
  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**29**  
Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

**9**  
Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**16**  
Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**23**  
Crema de Zanahoria ECO  
  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**30**  
Arroz Tres Delicias  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

**10**  
Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**17**  
Judías Verdes con Tomate  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**24**  
Crema de Calabacín ECO  
  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**31**  
Crema de Calabacín ECO  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

**11**  
Paella de Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**18**  
Pasta Sin Gluten al Gratén  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**25**  
Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria,  
Champiñón, Calabacín  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

**12**  
Potaje de Garbanzos Estofados  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19**  
Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**26**  
Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + 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

8

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a la Cubana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Espaguetis con Tomate  
  
Gallo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

29

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

9

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

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

16

Sopa de Picadillo con Huevo Cocido  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria,  
Champiñón, Calabacín  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

10

Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

17

Judías Verdes con Tomate  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

24

Lentejas Estofadas con Verduras  
  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

31

Crema de Calabacín ECO  
  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

11

Paella de Verduras  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18

Macarrones con Tomate  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

25

Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria,  
Champiñón, Calabacín  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

12

Potaje de Garbanzos Estofados  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

26

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

**Cena:** Verdura + 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

8

Pasta Rehogada  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz Rehogado  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Pasta Rehogada  
Crujiente de Bacalao  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

29

Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Calabacín Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

9

Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

16

Sopa de Picadillo con Huevo Cocido  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Arroz Tres Delicias  
Filete de Pollo al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

10

Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

17

Judías Verdes Rehogadas  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

24

Lentejas Estofadas Sin Tomate  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

31

Crema de Calabacín ECO  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

11

Paella de Verduras Sin Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18

Pasta Rehogada con Queso  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

25

Paella Mixta sin Tomate  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

12

Potaje de Garbanzos Estofados  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

26

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

**Cena:** Verdura + 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

8

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a la Cubana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Espaguetis con Tomate  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

29

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

9

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

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

16

Sopa de Picadillo con Huevo Cocido  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Arroz Tres Delicias  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

10

Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

17

Judías Verdes con Tomate  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

24

Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

31

Crema de Calabacín ECO  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

11

Paella de Verduras  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18

Macarrones Gratinados  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

25

Paella Mixta.  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

12

Potaje de Garbanzos Estofados  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Gallo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

26

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

**Cena:** Verdura + 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
<b>8</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>9</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>10</b> Crema de Verduras ECO Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>11</b> Paella de Verduras Filetes Rusos con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
<b>15</b> Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>16</b> Sopa de Picadillo con Huevo Cocido Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>17</b> Judías Verdes con Tomate Patatas Guisadas con Chorizo  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>18</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>19</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>22</b> Espaguetis con Tomate  Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Crema de Zanahoria ECO  Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>24</b> Lentejas Estofadas con Verduras  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>25</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>26</b> Sopa de Cocido  Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>29</b> Lentejas con Chorizo  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>30</b> Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO  Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + 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

8

Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a la Cubana  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Espaguetis con Tomate  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

29

Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Martes

9

Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

16

Sopa de Picadillo con Huevo Cocido  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

30

Arroz Tres Delicias  
Magro de Cerdo con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

10

Crema de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

17

Judías Verdes con Tomate  
Guiso de Patata con Choco  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

24

Crema de Calabacín ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

31

Crema de Calabacín ECO  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

## Jueves

11

Paella de Verduras  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18

Macarrones Gratinados  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

25

Paella Mixta.  
Salmón en Salsa de Eneldo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Viernes

12

Potaje de Garbanzos Estofados  
Croquetas de Jamón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

26

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

**Cena:** Verdura + 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
<b>8</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Caballa en Aceite Pimientos Asados  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>9</b> Patatas Guisadas con Chorizo  Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Crema de Verduras ECO  Merluza al Horno Patatas Panadera  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>11</b> Paella de Verduras  Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Crema de Zanahoria ECO  Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>15</b> Arroz a la Cubana  Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>17</b> Brócoli Salteado  Guiso de Patata con Choco  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>18</b> Crema de Verduras ECO  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Estofado de Patatas con Verduras  Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta
<b>22</b> Estofado de Patatas con Verduras  Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Crema de Zanahoria ECO  Pollo Asado Patatas Panadera  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>24</b> Crema de Calabacín ECO  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>25</b> Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>26</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>29</b> Crema de Verduras ECO  Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>30</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO  Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + 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.