



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
1	 <p>FESTIVO</p>	2	Lentejas Estofadas con Verduras. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	3	Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	4	Judías Blancas con Chorizo. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5	Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
8	Coditos al Gratén Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	9	Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	10	Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	11	Coliflor a la Italiana Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	12	Judías Pintas Estofadas. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
15	Menestra de Verduras Rehogada. Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	16	Judías Blancas Estofadas con Verduras. Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	17	Macarrones Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	18	Rissoto de Tomate y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	19	Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
22	Espirales Amatriciana Nuggets de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23	Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	24	Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25	Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	26	Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29	Judías Verdes Rehogadas Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30	Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	31	 <p>FESTIVO</p>	1		2	

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

1



FESTIVO

Martes

2

Lentejas Estofadas con Verduras.
Croquetas de Pollo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

4

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Viernes

5

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

Cena: Verdura + Ave + Fruta

8

Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

9

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

Coliflor a la Italiana
Bacalao con Tomate.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Menestra de Verduras
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Empanadillas de Atún
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

17

Macarrones Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18

Rissoto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

19

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Espirales con Tomate.
Nuggets de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

24

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

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25

Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Tallarines a la Boloñesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

31



FESTIVO



1

2

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
<p>1</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta</p>	<p>3</p> <p>Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo</p>	<p>4</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>5</p> <p>Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Coditos al Gratén Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>9</p> <p>Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo</p>	<p>10</p> <p>Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>11</p> <p>Coliflor a la Italiana Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Judías Pintas Estofadas. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Menestra de Verduras Merluza al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>	<p>16</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Macarrones Napolitana Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Rissoto de Tomate y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Espirales con Tomate. Nuggets de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Crema de Calabacín ECO. Merluza al Horno Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta</p>	<p>24</p> <p>Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Judías Verdes Rehogadas Tallarines con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>	<p>31</p> <p></p> <p>FESTIVO</p>	<p>1</p>	<p>2</p>

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

1



FESTIVO

Martes

2

Crema de Verduras ECO.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Pasta Sin Gluten con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo.
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

5

Arroz Campesina.
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

8

Pasta Sin Gluten al Gratén
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

9

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

Crema de Calabacín ECO.
Gallo al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Menestra de Verduras Rehogada.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Jurel al Horno.
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

17

Pasta Sin Gluten Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18

Rissoto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

19

Crema de Zanahoria ECO.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Pasta sin Gluten Amatriciana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

24

Arroz con Tomate.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Estofado de Patatas con Verduras.
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

31



FESTIVO

1

2

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

1



FESTIVO

Martes

2

Lentejas Estofadas con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Miércoles

3

Pasta Sin Huevo con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

5

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

Cena: Verdura + Ave + Fruta

8

Pasta Sin Huevo al Gratén
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

Coliflor a la Italiana
Bacalao con Tomate.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Menestra de Verduras Rehogada.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Jurel al Horno.
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

17

Pasta Sin Huevo Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

18

Rissoto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

19

Lentejas Con Arroz.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Pasta sin Huevo Amatriciana
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

24

Arroz con Tomate.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Pasta Sin Huevo Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas con Chorizo.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

31



FESTIVO

1

2

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

1



FESTIVO

Martes

2

Lentejas Estofadas con Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Viernes

5

Arroz Campesina.
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

8

Coditos con Tomate
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

9

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido.
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

Crema de Calabacín ECO.
Gallo al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Menestra de Verduras Rehogada.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Jurel al Horno.
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

17

Macarrones Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18

Arroz con Verduras: Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

19

Lentejas Con Arroz.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

Espirales Amatriciana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

24

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

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25

Sopa de Cocido.
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Tallarines a la Boloñesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

31



FESTIVO



1

2

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
1  FESTIVO	2 Lentejas Estofadas con Verduras. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	3 Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	4 Judías Blancas con Chorizo. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5 Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
8 Coditos al Gratén Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	9 Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	10 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	11 Coliflor a la Italiana Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	12 Judías Pintas Estofadas. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
15 Menestra de Verduras Rehogada. Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	16 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	17 Macarrones Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	18 Rissoto de Tomate y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	19 Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
22 Espirales Amatriciana Nuggets de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	24 Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	26 Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29 Judías Verdes Rehogadas Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	31  FESTIVO	1	2

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.