

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz 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> Paella de Verduras. Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua 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 Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>17</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>19</b> <b>Sopa de Fideos</b> Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<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 + Carne + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + 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> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. <b>Pollo Asado</b> Guisantes Rehogados 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Patata + Lácteo	<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 + Fruta	<b>10</b> Paella de Verduras. <b>Gallo al Horno</b> Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Tortilla Francesa.</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
<b>15</b> Arroz a la Cubana <b>Menestra de Verduras</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	<b>17</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	<b>19</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Merluza al Horno</b> Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>23</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> <b>Sopa de Fideos</b> <b>Cocido Sin Cerdo</b> Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>25</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras <b>Gallo al Horno</b> Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + 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> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. <b>Caballa en Aceite</b> Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + 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 Ensalada de Lechuga y Maíz 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> Paella de Verduras. Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua 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 Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>17</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>19</b> Sopa de Picadillo Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<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 + Carne + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + 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 Tres Delicias Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz 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> Paella de Verduras. Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua 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 Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>17</b> <b>Macarrones con Tomate</b> Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>19</b> Sopa de Picadillo Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> Lentejas Estofadas con Verduras. <b>Gallo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>25</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua <b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b> <b>Cena:</b> Pasta + 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> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> <b>Pasta Sin Gluten con Tomate</b> Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>9</b> <b>Crema de Zanahoria ECO.</b> Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Paella de Verduras. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Patatas Panadera. <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> 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 <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>17</b> <b>Pasta Sin Gluten al Gratén</b> Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>19</b> <b>Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)</b> Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> <b>Estofado de Patatas con Verduras.</b> <b>Gallo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> <b>Pasta Sin Gluten con Tomate</b> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)</b> Cocido Completo con Verduras <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>25</b> <b>Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín</b> Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta
<b>29</b> <b>Crema de Zanahoria ECO.</b> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>30</b> Arroz Tres Delicias Merluza al Horno Pimientos Asados <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> 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  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Martes

9 Lentejas Estofadas con Verduras.  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Miércoles

10 Paella de Verduras.  
Filetes Rusos con Tomate

Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

11 Crema de Verduras ECO.  
**Merluza al Horno**

Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Viernes

12 Potaje de Garbanzos Estofados.  
**Filete de Pollo al Horno**

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta15 **Arroz con Tomate**

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo16 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta17 **Pasta Sin Huevo al Gratén**  
**Filete de Pollo al Horno**

Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo18 Judías Verdes Rehogadas  
Guiso de Patata con Choco

Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta19 **Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo)**

Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22 Lentejas Estofadas con Verduras.

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

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo23 **Pasta Sin Huevo con Tomate**

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta24 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**

Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta25 **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 + Carne + Lácteo

26 Menestra de Verduras

Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

29 Lentejas Estofadas con Verduras.

**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo30 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**

Merluza al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

31 Crema de Calabacín ECO.

Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>8</b> Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz 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> Paella de Verduras. Filetes Rusos con Tomate Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>11</b> Crema de Verduras ECO. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>12</b> Potaje de Garbanzos Estofados. Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua 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 Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>16</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>17</b> Macarrones Gratinados Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Judías Verdes Rehogadas Guiso de Patata con Choco Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>19</b> Sopa de Picadillo Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>22</b> Lentejas Estofadas con Verduras. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>23</b> Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>24</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<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 + Carne + Lácteo	<b>26</b> Menestra de Verduras Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + 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 Tres Delicias Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>31</b> Crema de Calabacín ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados 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.