

# Menú Toledo Mayo 2024

Triturado - - CEIP Alonso Rodríguez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			Crema de Calabacín con Huevo	Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura
			Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
6	7	8	9	10
Crema de Coliflor con Pollo	Crema de Verduras con Huevo	Triturado de Lentejas Estofadas con Pollo	Crema de Verduras con Merluza	Triturado de Garbanzos con Pavo
Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Yogur <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta
13	14	15	16	17
Crema de Zanahoria con Ternera	Triturado de Judías Pintas con Merluza	Crema de Verduras con Huevo	Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura	Crema de Zanahoria con Merluza
Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
20	21	22	23	24
Triturado de Lentejas Estofadas con Huevo	Crema de Calabacín con Merluza	Crema de Verduras con Magro	Triturado de Garbanzos con Merluza	Crema de Zanahoria con Pollo
Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
27	28	29	30	31
Triturado de Garbanzos con Merluza	Crema de Verduras con Huevo	Triturado de Judías Verdes con Pollo		
Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	 <b>FESTIVO</b>	 <b>FESTIVO</b>

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

2

Menestra de Verduras.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

COCIDO MADRILEÑO  
**Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

6

Coliflor a la Italiana  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

7

Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

8

Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

9

Macarrones con Tomate  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Potaje de Garbanzos Estofados.  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13

Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

14

Judías Pintas Estofadas.  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a Banda.  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

16

**Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17

Espirales al Gratén  
Merluza Empanada  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

20

Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

21

Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23

Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

24

Coditos Napolitana  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

27

Ensalada de Garbanzos  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

28

Fideuá de Verduras y Pollo.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

Judías Verdes con Tomate.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

30



FESTIVO

31



FESTIVO

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

2

3

6 Coliflor a la Italiana  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

7 Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

8 Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

9 Macarrones con Tomate  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10 Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13 Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Pintas Estofadas.  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz a Banda.  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17 Espirales al Gratén  
Merluza Empanada  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

20 Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

21 Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

22 Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23 Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

24 Cuditos Napolitana  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

27 Ensalada de Garbanzos  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

28 Fideuá de Verduras y Pollo.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29 Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

30



FESTIVO

31



FESTIVO

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

**6** Crema de Verduras ECO.  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**13** Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**27** Ensalada de Garbanzos  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**7** Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**14** Judías Pintas Estofadas.  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**21** Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**28** Fideuá de Verduras y Pollo.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

1

**8** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** Arroz a Banda.  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**22** Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**29** Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

2

Menestra de Verduras.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**9** Macarrones con Tomate  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**16** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**23** Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

30



FESTIVO

3

COCIDO MADRILEÑO  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**10** Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**17** Espirales con Tomate.  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**24** Cuditos Napolitana  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

31



FESTIVO

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

2

Menestra de Verduras.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

COCIDO MADRILEÑO  
**Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**  
Cocido Completo con Verduras  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

6

**Crema de Verduras ECO.**  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

7

Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

8

**Crema de Calabacín ECO.**  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera.  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

9

**Pasta Sin Gluten con Tomate**  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13

Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

14

Judías Pintas Estofadas.  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a Banda.  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

16

**Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**  
Cocido Completo con Verduras  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17

**Pasta Sin Gluten al Gratén**  
**Bacaladitos al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

20

**Estofado de Patatas con Verduras.**  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

21

Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados.  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23

Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

24

**Pasta Sin Gluten Napolitana**  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

27

Ensalada de Garbanzos  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

28

**Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)**  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
**Pan Sin Gluten y Agua**  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

30



FESTIVO

31



FESTIVO


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.

# Menú Toledo Mayo 2024

Sin Proteína de la Leche de Vaca - CEIP Alonso Rodríguez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			Menestra de Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	COCIDO MADRILEÑO Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
6	7	8	9	10
Crema de Verduras ECO. Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	Paella de Verduras. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Lentejas Estofadas con Verduras. Hamburguesa Mixta al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Macarrones con Tomate Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Potaje de Garbanzos Estofados. Lacón al horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta
13	14	15	16	17
Crema de Zanahoria ECO. Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	Judías Pintas Estofadas. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Arroz a Banda. Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	Espirales con Tomate. Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
20	21	22	23	24
Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Arroz con Tomate. Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	Crema de Verduras ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Guisantes Rehogados. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	Garbanzos Estofados con Verduras. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	Coditos Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
27	28	29	30	31
Ensalada de Garbanzos Palometa al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Fideuá de Verduras y Pollo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	Judías Verdes con Tomate. Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	 FESTIVO	 FESTIVO

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

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

31

Menestra de Verduras.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

COCIDO MADRILEÑO  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**6** Crema de Verduras ECO.  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**7** Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**8** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**9** Macarrones con Tomate  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**10** Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**13** Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**14** Judías Pintas Estofadas.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**15** Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Champiñón, Calabacín  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**16** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**17** Espirales al Gratén  
**Bacaladitos al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**20** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**21** Arroz con Tomate.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**22** Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**23** Garbanzos Estofados con Verduras.  
**Tortilla Francesa.**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

**24** Coditos Napolitana  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**27** Ensalada de Garbanzos  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**28** Fideuá de Verduras y Pollo.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**29** Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**30**

  
**FESTIVO**

**31**

  
**FESTIVO**

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

2

3

6 Crema de Verduras ECO.

Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

7 Paella de Verduras.

**Merluza al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

8

Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

9

**Pasta Sin Huevo con Tomate**  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

10

Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13 Crema de Zanahoria ECO.

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

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

14 Judías Pintas Estofadas.

Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a Banda.  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

16

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

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

17

**Pasta Sin Huevo con Tomate**  
**Bacaladitos al Horno**  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

20 Lentejas Estofadas con Verduras.

**Filete de Pollo al Horno**  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

21 Arroz con Tomate.

Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

22

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

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23

Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

24

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

27 Ensalada de Garbanzos

Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

28 Fideuá de Verduras y Pollo (Pasta s/gluten)

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
**Fruta de Temporada y Yogur de Soja**

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

30



FESTIVO

31



FESTIVO

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

2

**Crema de Verduras ECO.**  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

3

**COCIDO MADRILEÑO**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

6

**Crema de Verduras ECO.**  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

7

Paella de Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

8

Lentejas Estofadas con Verduras.  
Hamburguesa Mixta al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

9

Macarrones con Tomate  
Bacaladitos al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

Potaje de Garbanzos Estofados.  
Lacón al horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

13

Crema de Zanahoria ECO.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

14

Judías Pintas Estofadas.  
Palometa con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz a Banda.  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

16

Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17

Espirales al Gratén  
Merluza Empanada  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

20

Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

21

Arroz con Tomate.  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.  
Magro de Cerdo con Tomate.  
Guisantes Rehogados.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23

Garbanzos Estofados con Verduras.  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

24

Coditos Napolitana  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

27

Ensalada de Garbanzos  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

28

Fideuá de Verduras y Pollo.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

Judías Verdes con Tomate.  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

30



**FESTIVO**

31



**FESTIVO**

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.