

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**1** Sopa de Coliflor.  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**2** Garbanzos a la Catalana  
Rotti de Pavo al Horno.  
Zanahoria Rehogada.  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**3** Guisantes a la Sevillana  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**4** Espaguetis con Tomate y Queso  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Crema de Zanahoria ECO.  
Merluza Empanada  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**8** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**9** Arroz del Señoret  
Salchichas Frescas (de pollo) al Vino  
Champiñón Rehogado  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**10** **Crema de Calabaza ECO.**  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**11** Pasta con Verduras  
**Hamburguesa de Ternera al Horno.**  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**14** Paella de Verduras.  
Abadejo a la Bilbaina  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** **Arroz con Tomate.**  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**16** Menestra de Verduras.  
Albóndigas de Pollo en Salsa  
Patatas Dado en Guiso  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**17** Judías Pintas Estofadas.  
Hamburguesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**18** Coditos al Gratén  
**Salmón al Horno.**  
**Menestra de Verduras**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

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

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

**24** Crema de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Patatas Asadas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**25** Macarrones con Atún  
Hamburguesa de Ternera  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**28** Judías Verdes con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Zanahoria Rehogada.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**29** Judías Pintas Estofadas.  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**30** Guisantes a la Sevillana  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Palometa con Tomate  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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

**2** Garbanzos a la Catalana  
Roti de Pavo al Horno.  
Zanahoria Rehogada.  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**3** Guisantes a la Sevillana  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**4** Pasta Sin Gluten al Gratén  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**7** Crema de Zanahoria ECO.  
Abadejo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**8** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**9** Arroz del Señor  
Salchichas Frescas (de pollo) al Vino  
Champiñón Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**10** Patatas a la Riojana  
Salmón en Salsa de Eneldo.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**11** Pasta Sin Gluten con Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera.  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**14** Paella de Verduras.  
Abadejo a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** Estofado de Patatas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**16** Menestra de Verduras.  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Dado en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**17** Judías Pintas Estofadas.  
Hamburguesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**18** Pasta Sin Gluten al Gratén  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Estofado de Patatas con Verduras.  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

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

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

**24** Crema de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Patatas Asadas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**25** Pasta Sin Gluten con Atún  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**28** Judías Verdes con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Zanahoria Rehogada.  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**29** Judías Pintas Estofadas.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**30** Guisantes a la Sevillana  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Palometa con Tomate  
Patatas Panadera.  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

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 Sopa de Coliflor. Tortilla de Patata con Cebolla. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	2 Garbanzos a la Catalana Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria Rehogada. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	3 Guisantes a la Sevillana Crujiente de Bacalao Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	4 Espaguetis con Tomate y Queso Pollo Asado Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo
7 Crema de Zanahoria ECO. Merluza Empanada Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	8 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO. Tortilla Francesa con Atún. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	9 Arroz del Señor Salchichas Frescas (de pollo) al Vino Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	10 Patatas a la Riojana Salmón en Salsa de Eneldo. Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	11 Pasta con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
14 Paella de Verduras. Abadejo a la Bilbaina Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	15 Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa. Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	16 Menestra de Verduras. Albóndigas de Pollo en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	17 Judías Pintas Estofadas. Hamburguesa de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	18 Coditos al Gratén Lomo al Ajillo Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
21 Lentejas Estofadas con Verduras. Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	22 Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	23 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	24 Crema de Verduras ECO. Merluza al Horno Patatas Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	25 Macarrones con Atún Hamburguesa de Ternera Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
28 Judías Verdes con Tomate Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	29 Judías Pintas Estofadas. Huevos Villarroy Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	30 Guisantes a la Sevillana Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	31 Sopa de Arroz Palometa con Tomate Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	

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.