

Lunes

1 **Lentejas Castellanas**
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

8 Coditos al Ajillo
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

15 Ensalada de Pasta con Atún
Tortilla Francesa.
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2 Arroz Campesina.
Garbanzos Estofados con Verduras.
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

9 Arroz con Salsa Teriyaki y Verduras
Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16 Lentejas Castellanas
Abadejo al Ajillo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3 Macarrones con Tomate
Merluza Empanada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

10 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

17 Ensalada Mixta
Perrito Caliente
Patatas Fritas
Pan y Agua
Postre especial

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

4 
FESTIVO

11 Patatas a la Marinera.
Merluza a la Riojana.
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18

Viernes

5 Crema de Calabacín ECO.
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

12 Crema de Verduras ECO.
Albóndigas de Pollo en Salsa.
Patatas Dado
Pan y Agua
Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19

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.