

## Lunes

1



FESTIVO

8 Crema de Verduras ECO.

Tortilla Francesa.

Guisantes Rehogados.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

15 Judías Verdes con Tomate.

Escalope de Pollo

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo

22 Crema de Verduras ECO.

Pollo Asado

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

29 Coliflor en Tempura

Ragout de Ternera Estofada.

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

## Martes

2

Crema de Zanahoria ECO.

Caballa en Aceite

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo

9

Espaguetis con Tomate

Bacaladitos al Horno

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Zanahoria ECO.

Merluza en Salsa Verde

Guisantes Rehogados.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

23

COCIDO MARAGATO

Sopa de Fideos

Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

30

Macarrones Napolitana

Merluza a la Bilbaína

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Postre Especial

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Miércoles

3

Lentejas Con Arroz.

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras.

Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

17

Paella de Pollo y Verduras.

Tortilla Francesa.

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

24

Arroz Campesina.

Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

4

Macarrones con Tomate

Pollo al Horno

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

11

Arroz con Tomate.

Salmón en Salsa de Eneldo.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

18

Judías Pintas Estofadas.

Arroz Pilaf

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

25

Fideuá de Verduras ECO.

Bacaladitos a la Gallega

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

## Viernes

5

Garbanzos Encebollados.

Tortilla Francesa con Atún.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Filete de Pollo al Horno

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

19

Coditos al Gratén

Salmón al Horno.

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26

Lentejas Estofadas con Verduras.

Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + 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.