

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

6 Potaje de Garbanzos Estofados.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

7 Coliflor a la Italiana
Pollo Asado
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

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

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

10 Macarrones con Tomate
Bacaladitos al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 Menestra de Verduras.
Merluza Empanada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

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

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

16 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

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

20 Espirales al Gratén
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

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

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

23 Crema de Verduras ECO.
Filete de Pollo al Horno
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

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

27 Coditos Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Ensalada de Garbanzos
Palometa al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

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.