

La fruta corresponderá habitualmente a: mandarina, manzana, naranja, pera, kiwi y plátano. Disponemos de información sobre alergias e intolerancias alimentarias (R.E. 1169/2011). Solicítela a nuestro personal. Informamos a nuestros usuarios que no utilizamos primas o contenga potenciador de sabor. ¡Recuerda: beber agua, lavarte las manos antes de hacer ejercicio, hidratarte como: caminar, montar en bicicleta, patines o ayudar en el hogar doméstico.

mediterráneas

Lunes

2 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla de Patata Con Cebolla Tortilla Patata/cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

9 **Sopa Minestrone** Patata Dado, Conchas, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Salmón al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Salmon, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

16 **Potaje de Garbanzos con Calabacín** Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
Tortilla de Patata Con Cebolla Tortilla Patata/cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Martes

3 **Tallarines con Tomate y Verduras** Tallarines, Tomate Frito Eco, Champiñón Laminado, Berenjena Dado Eco
Varitas de Merluza Merluza Varitas
Zanahorias al Vapor Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

10 **Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne)** Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Arroz Vaporizado
Caella al Horno Caella Taquitos, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

17 **Crema de Zanahoria** Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Bacalao al Horno con Cebolla Bacalao Mcd Porcion 80/90, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Pelado
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Miércoles

4 **Garbanzos Estofados** Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

11 **Alubias Blancas Guisadas** Patata Dado Eco, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo al Horno al Limón Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrido Limon
Ensalada de Tomate Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

18 **Lentejas con Verduras** Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Anillas de Calamar Rebozadas Calamar Arito Romana
Ensalada de Tomate Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

Jueves

5 **Crema de Verduras** Patata Dado, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Abadejo al Horno Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

12 **Espirales con Tomate y Queso** Espiral, Tomate Triturado, Queso Rallado, Tomate Frito Eco
Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

19 **Paella de Verduras** Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Viernes

6 **Crema de Calabaza** Calabaza Dado, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Albóndigas de Merluza con Tomate Albondiga Merluza, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo

13 **Crema de Calabaza** Calabaza Dado, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Albóndigas de Merluza con Tomate Albondiga Merluza, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan 50g. Pan
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

20 **Ensalada Mixta: lechuga, tomate, zanahoria y caballa** Lechuga Iceberg, Tomate, Zanahoria Rallada, Caballa Aceite
Salchichas de Salmón Salchicha Salmon Poton, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pan Perrito Pan Hot Dog
Postre especial

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo



FESTIVO