

## Lunes

1

**8** **Potaje de Garbanzos** Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

**Tortilla de Patatas con Calabacín** Tortilla Patata/cal 800g A.o.

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

**15** **Crema de Calabacín** Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Palometa al Ajillo** Palometa Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

**Patatas Panaderas al Vapor** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

**22** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Varitas de Merluza** Merluza Varitas

**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo

**29** **Potaje de Alubias Blancas con Calabacín** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Tortilla de Patatas con Cebolla** Tortilla Patata/cebo 700g A.o.

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

## Martes

2

**Paella de Verduras** Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

**Palometa al Horno** Palometa Porcion, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

**Zanahorias al Vapor** Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo

**9** **Crema de Calabaza** Calabaza Dado, Patata Dado Eco, 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, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

**16** **Alubias Blancas con Arroz** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Arroz Vaporizado

**Tortilla de Patatas con Calabacín** Tortilla Patata/cal 800g A.o.

**Tomate Natural** Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

**23** **Lentejas con Verduras** Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

**Ensalada de Tomate** Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**30** **Coditos con Tomate y Queso** Tiburon, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Queso Rallado

**Abadejo al Horno al Limón** Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo, Limon

**Pimientos asados** Pimiento Rojo Tiras, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan 30g. Pan  
Yogur Yogur Sabor

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

3

**Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne)** Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Anillas de Calamar Rebozadas** Calamar Arito Romana

**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**10** **Lentejas con Verduras** Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

**Varitas de Merluza** Merluza Varitas

**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**17** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

**24** **Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne)** Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Salmón al Horno** Salmon Cola C/p 80/90, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Jueves

4

**Macarrones con Tomate y Albahaca** Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Merluza al Horno en Salsa Verde** Merluza Minced, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco

**Tomate Natural** Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**11** **Espirales con Tomate y Queso** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

**Pimientos asados** Pimiento Rojo Tiras, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo

**18** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Abadejo a Las Finas Hierbas** Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Oregano

**Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**25** **Crema de Zanahoria** Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Hamburguesa de Jibia al Horno con Cebolla** Hamburguesa Jibia, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan 30g. Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo

## Viernes

5

**Crema de Zanahoria** Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Hamburguesa de Jibia al Horno con Cebolla** Hamburguesa Jibia, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

**Patatas Panaderas al Vapor** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Yogur Yogur Sabor

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**12** **Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria** Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Salmón al Horno en Salsa** Salmon Cola C/p 80/90, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral 30g. Pan Integral  
Yogur Yogur Sabor

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**19** **Lacitos con Tomate y Orégano** Farfalle, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Jureles al Horno en Salsa de Adobo** Jurel Lomo S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

**Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral 30g. Pan Integral  
Yogur Yogur Sabor

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta