

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Lentejas Estofadas con Verduras. Salmón al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	4 Crema de Calabaza ECO. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	5 Coditos al Gratén Merluza al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	6 Judías Pintas Estofadas. Salchichas de Pavo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	7 Paella de Verduras y Marisco Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
10 Macarrones Boloñesa Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	11 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	12 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	13 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	14 Judías Verdes Rehogadas. Palometa a la Riojana. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta
17 Judías Pintas Estofadas. Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	18 Crema de Zanahoria ECO. Medallón de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	19 Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	20 Lentejas Estofadas con Verduras. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	21 Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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.