

Lunes

3 Macarrones con Tomate **1-3T-6T-10T**
 Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo **9T-12**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

10 Espirales con Verdura y Tomate **1-3T-6T-10T**
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

17 Macarrones con Tomate **1-3T-6T-10T**
 Palometa al Horno al Limón **2T-4-14T**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

24 Codos con Tomate **1-3T-6T-10T**
 Pollo Asado **12**
 Patatas Panadera. **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Arroz con Tomate.
 Merluza a la Bilbaína. **4-12**
 Pimientos Asados
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11 Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
 Hamburguesa de Merluza **4**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

18 Arroz con Tomate.
 Salmón en Salsa de Eneldo. **2T-4-14T**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Crema de Zanahoria ECO. **12**
 Palometa con Tomate. **2T-4-14T**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

5 Potaje de Alubias Viudas Blancas. **12**
 Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Paella de Verduras.
 Tortilla Francesa. **3**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Crema de Coliflor. **12**
 Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

26 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO.
 Tortilla Francesa con Atún. **3-4**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

Jueves

6 Menestra de Verduras.
 Albóndigas de Ternera en Salsa. **6-12**
 Patatas Dado **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

13 Crema de Verduras ECO. **12**
 Salchichas Frescas de Pollo al Horno. **6-12**
 Patatas Dado **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

20 Garbanzos a la Catalana
 Rotti de Pavo al Horno. **1T-6-7T-12-12T**
 Zanahoria ECO en Guiso
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

27 Papas con Choco **4T-14**
 Flamenquines **1-6-12**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Viernes

7 Garbanzos Estofados con Patata **12**
 Medallón de Salmón y Calabaza **1-2T-3T-4-7T-14T**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

14 Arroz con Tomate.
 Palometa a la Riojana. **2T-4-14T**
 Pimientos Asados
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Patata + Ave + Fruta

21 Guisantes a la Sevillana **12**
 Crujiente de Bacalao **1-2T-3T-4-6-7T-9T-10T-12-14T**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

28 Arroz Campesina.
 Merluza al Horno. **4**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

ALÉRGENOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramucos
- 14-Moluscos

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.