

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Verduras ECO.

Tortilla Francesa.

Guisantes Rehogados.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Judías Verdes con Tomate.

Escalope de Pollo

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.

Pollo Asado

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29

Coliflor en Tempura

Ragout de Ternera Estofada.

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

Martes

2

Crema de Zanahoria ECO.

Caballa en Aceite

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

9

Espaguetis con Tomate

Bacaladitos al Horno

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Zanahoria ECO.

Merluza en Salsa Verde

Guisantes Rehogados.

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

23

COCIDO MARAGATO

Sopa de Fideos**Cocido Sin Cerdo**

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

30

Macarrones Napolitana

Merluza a la Bilbaína

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

3

Lentejas Con Arroz.

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras.

Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

17

Paella de Pollo y Verduras.

Tortilla Francesa.

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24

Arroz Campesina.

Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

4

Macarrones con Tomate

Pollo al Horno

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11

Arroz con Tomate.

Salmón en Salsa de Eneldo.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Judías Pintas Estofadas.

Arroz Pilaf

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

25

Fideuá de Verduras ECO.

Bacaladitos a la Gallega

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

Viernes

5

Garbanzos Encebollados.

Tortilla Francesa con Atún.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras.

Filete de Pollo al Horno

Patatas Panadera.

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

19

Coditos al Gratén

Salmón al Horno.

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

26

Lentejas Estofadas con Verduras.

Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p> FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Fresca al Horno Patatas Panadera.</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo</p>	<p>3</p> <p>Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Champiñón, Calabacín Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>4</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Pollo al Horno Champiñón Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Crema de Calabacín ECO. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Crema de Verduras ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Champiñón Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Bacaladitos al Horno Pimientos Asados</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Crema de Calabacín ECO. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Crema de Verduras ECO. Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera.</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Crema de Zanahoria ECO. Merluza en Salsa Verde Champiñón Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Pasta + Carne + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Paella de Pollo y Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Crema de Verduras ECO. Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Arroz con Tomate. Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Crema de Verduras ECO. Pollo Asado Patatas Panadera.</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Arroz Campesina Sin Guisantes Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>25</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras sin Pimentón Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>26</p> <p>Crema de Zanahoria ECO. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Coliflor en Tempura Ragout de Ternera Estofada. Patatas Dado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Arroz con Tomate. Tortilla Francesa. Pimientos Asados</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>			

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.