

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1  FESTIVO	2 Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	4 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Macarrones con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
8 Crema de Calabacín ECO Bacalao al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	9 Espirales con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	11 Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Codos al Gratén Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	17 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	18 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19 Judías Verdes con Tomate Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
22 Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	23 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	24 Fideuá de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Legumbre + Lácteo	25 Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	26 Crema de Zanahoria ECO Caballa en Aceite Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29 Macarrones con Atún Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Huevo + 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>Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>3</p> <p>Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>4</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Crema de Calabacín ECO Escalope de Pollo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo) Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Arroz con Tomate Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo) Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>18</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías Verdes con Tomate Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Arroz Campesina Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo) Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo) Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>	<p>25</p> <p>Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>26</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo) Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Crema de Verduras ECO Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Huevo + 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.

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Cocido Maragato

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento,
Zanahoria y Calabacín)
Merluza a la Bilbaina
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido

Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate

Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + 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

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Cocido Maragato

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Paella Mixta.
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + 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				
1	 FESTIVO	2	Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	3	Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	4	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	5	Macarrones con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
8	Crema de Calabacín ECO Escalope de Pollo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	9	Espirales Amatriciana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10	Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	11	Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12	Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Ave + Fruta
15	Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16	Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	17	Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Cinta de Lomo Adobada al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	18	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	Judías Verdes con Tomate Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
22	Arroz Campesina Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23	Cocido Maragato Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24	Fideuá de Verduras ECO Bacalao con Tomate Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	25	Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26	Crema de Zanahoria ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29	Macarrones con Atún Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30	Lentejas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Arroz + Huevo + 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

1



8 Crema de Calabacín ECO
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15 Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Arroz Campesina
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9 Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

23 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera)
con Verdura y Patata

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30 Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate

Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10 Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17 Paella Mixta.
Merluza a la Bilbaina

Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate

Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con
Verdura y Patata

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11 Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con
Verdura y Patata

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26 Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa

Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Huevo + 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.

Menú Guadalajara Abril 2024

Dieta Cetogénica - - CEIP Maestra Plácida Herranz

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1		2	3	4	5
8	9	10	11	12	
15	16	17	18	19	
22	23	24	25	26	
29	30				

mediterránea

POSTRE: 100 ML DE KETOCAL 4:1 LQ Y 5 ML ACEITE MCT

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Coditos con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Cocido Maragato

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)
Merluza a la Bilbaina
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Huevo + 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

1



FESTIVO

8

Crema de Calabacín ECO

Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo)

Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22

Arroz Campesina

Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz

Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9

Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Lentejas Estofadas con Verduras

Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

23

Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras

Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO

Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras

Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

17

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)

Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

11

Arroz con Tomate

Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate

Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

26

Crema de Zanahoria ECO

Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + 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

1



FESTIVO

Martes

2

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

4

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

5

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8

Crema de Calabacín ECO
Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

9

Espirales Amatriciana
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

10

Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobada al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

11

Arroz con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

15

Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

17

Paella Mixta.
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

19

Judías Verdes con Tomate
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22

Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

23

Cocido Maragato
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24

Fideuá de Verduras ECO
Bacalao con Tomate
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

25

Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26

Crema de Zanahoria ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

29

Macarrones con Atún
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30

Lentejas Estofadas con Verduras
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Huevo + 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

1



FESTIVO

8 Crema de Calabacín ECO

Escalope de Pollo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15 Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo)

Salchichas de Pavo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Arroz Campesina

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Martes

2

Lentejas Con Arroz

Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

9 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Lentejas Estofadas con Verduras

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

23

Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria
Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo)
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

30 Lentejas Estofadas con Verduras

Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Miércoles

3

Crema de Verduras ECO

Filete de Pollo al Horno

Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

10 Lentejas Estofadas con Verduras

Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

17 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)

Merluza a la Bilbaina

Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24 Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Bacalao con Tomate

Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4

Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

11 Arroz con Tomate

Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo)

Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas

Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5

Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Abadejo a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 Judías Verdes con Tomate

Salmon al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Zanahoria ECO

Albóndigas de Ternera en Salsa

Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + 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
1	 FESTIVO	2 Triturado de Lentejas Estofadas con Huevo	3 Crema de Verduras con Magro	4 Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura	5 Crema de Verduras con Merluza
		Triturado de Frutas Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Triturado de Frutas Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
8	Crema de Calabacín con Pollo	9 Crema de Zanahoria con Merluza	10 Triturado de Lentejas Estofadas con Cerdo	11 Crema de Verduras con Merluza	12 Triturado de Judías Verdes con Huevo
	Triturado de Frutas Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Patata + Huevo + Lácteo	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Ave + Fruta	Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15	Crema de Verduras con Magro	16 Triturado de Lentejas Estofadas con Huevo	17 Crema de Verduras con Merluza	18 Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura	19 Triturado de Judías Verdes con Merluza
	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Triturado de Frutas Cena: Pasta + Ave + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Yogur Cena: Arroz + Huevo + Lácteo
22	Crema de Verduras con Merluza	23 Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura	24 Crema de Calabacín con Merluza	25 Triturado de Judías Pintas con Huevo	26 Crema de Zanahoria con Ternera
	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
29	Crema de Verduras con Huevo	30 Triturado de Lentejas Estofadas con Pollo			
	Triturado de Frutas Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Yogur Cena: Arroz + Huevo + 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></p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>3</p> <p>Crema de Verduras ECO</p> <p>Magro de Cerdo con Tomate</p> <p>Patatas Dado</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>4</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Abadejo a la Andaluza</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Crema de Calabacín ECO</p> <p>Escalope de Pollo</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>9</p> <p>Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>10</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Arroz con Tomate</p> <p>Merluza en Papillote</p> <p>Verduras Asadas</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Crema de Verduras ECO</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)</p> <p>Salchichas de Pavo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Crema de Verduras ECO</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)</p> <p>Merluza a la Bilbaína</p> <p>Pimientos Asados</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>18</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras</p> <p>Salmón al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Arroz Campesina sin Guisantes</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cocido Completo con Verduras</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Bacalao con Tomate</p> <p>Champiñón Rehogado</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>	<p>25</p> <p>Sopa de Arroz</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>26</p> <p>Crema de Zanahoria ECO</p> <p>Albóndigas de Ternera en Salsa</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Pasta con Atún (Pasta sin Gluten Sin Huevo)</p> <p>Cinta de Lomo Adobada al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Crema de Verduras ECO</p> <p>Pollo al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Postre Especial</p> <p>Cena: Arroz + 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.