

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
VACACIONES DE SEMANA SANTA				
06	07	08	09	10
 <p>VACACIONES DE SEMANA SANTA</p>	<p>Arroz salteado con champiñones(champiñones, cebolla, ajo...)</p> <p>Tortilla francesa horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz dulce</p> <p>Naranja y pan integral</p>	 <p>VACACIONES DE SEMANA SANTA</p>	 <p>VACACIONES DE SEMANA SANTA</p>	 <p>VACACIONES DE SEMANA SANTA</p>
13	14	15	16	17
<p>Crema de calabaza asada(calabaza dado, patata, acelgas...)</p> <p>Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla)</p> <p>Tomate fresco aliñado con orégano</p> <p>Plátano y pan</p>	<p>Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y pimiento rojo</p> <p>Manzana golden y pan integral</p>	<p>Arroz integral con verduras (guisante, calabacín)</p> <p>Jamonicos de pollo asados</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria fresca</p> <p>Naranja y pan</p>	 <p>Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo, ternera, ...)</p> <p>Cocido de garbanzos (zanahoria, codillo, pollo , ternera, chorizo)</p> <p>Pera conferencia y pan integral</p>	<p>Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,cebolla...)</p> <p>Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla)</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate fresco</p> <p>Yogur y manzana y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)</p> <p>Ensalada de lechuga y cebolla</p> <p>Pera conferencia y pan</p>	<p>Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)</p> <p>Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite)</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate fresco</p> <p>Plátano y pan integral</p>	<p>Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...)</p> <p>Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit,</p> <p>Manzana golden y pan</p>	<p>Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza)</p> <p>Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit))</p> <p>Patatas al vapor</p> <p>Naranja y pan integral</p>	<p>Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla)</p> <p>Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria)</p>  <p>Ensalada de col fresca</p> <p>Yogur y manzana y pan</p>
27	28	29	30	01
<p>Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro</p> <p>Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite)</p> <p>Ensalada de lechuga y cebolla</p> <p>Manzana golden y pan</p>	 <p>Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo, ternera, ...)</p> <p>Cocido de garbanzos (zanahoria, codillo, pollo , ternera, chorizo)</p> <p>Naranja y pan integral</p>	<p>Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza)</p> <p>Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria)</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Pera conferencia y pan</p>	<p>Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria fresca</p> <p>Plátano y pan integral</p>	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

 Si en el cole el primer plato fue...

 Para cenar puede ser...



SEGUNDOS PLATOS

 Si en el cole el segundo plato fue...

 Para cenar puede ser...



Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCCES	SULFITOS		
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	0																
			Segundo	0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero	0																
			Segundo	0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñon																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Semana 3	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñon																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Semana 4	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñon																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Semana 5	Lunes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñon																	
		Segundo	Tortilla francesa horno			5														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Crema de judías verdes y zanahoria(patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur de soja y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Pera conferencia y pan integral	Coditos con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur de soja y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lácteos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin lácteos	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
		Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14
			Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4										
			Guarnición	Ensalada de col fresca																14
Jueves		Primero	Crema de judías verdes y zanahoria(patata,																14	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (ton	1									9		11					
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9							
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1									9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate casera (tomate	1									9		11					
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11						
		Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1								9		11	12				14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(ce																	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11						
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Crema de judías verdes y zanahoria(patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Pera conferencia y pan integral	Coditos con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zana...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calabacín) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Tortilla francesa horno Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cerdo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUFITOS		
Sin cerdo	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Crema de judías verdes y zanahoria(patata,																14	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (ton	1									9		11					
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9							
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1											11	12			14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate casera (tomate	1									9		11					
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11						
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1								9		11	12				14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Palometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calat																	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1											11	12			14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Tortilla francesa horno			5														
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, carne picada mixta) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecologicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Pera conferencia y pan integral	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,cebolla...) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin nuez

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SINIFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin nuez	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															14	
		Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14
			Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4										
			Guarnición	Ensalada de col fresca																14
Jueves		Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes	Primero	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, car	1	2	5							9		11				14		
	Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9								
	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14		
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																		
	Segundo	Jamoncitos de pollo asados																		
	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14		
Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1									9		11				14		
	Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2								9						14		
	Guarnición	-																		
Viernes	Primero	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,i	1	2	5							9		11				14		
	Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14		
	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14		
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11				14		
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14		
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1									9		11	12			14		
	Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																		
	Guarnición	-																		
Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14		
	Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14		
	Guarnición	Patatas al vapor																14		
Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																		
	Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14		
	Guarnición	Ensalada de col fresca																14		
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14		
	Martes	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1									9		11				14	
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2								9						14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
	Guarnición	-																		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	 Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	 Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	 Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, carne picada mixta) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Pera conferencia y pan integral	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,cebolla...) Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Tortilla francesa horno Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin pescado

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUJES	SULFITOS	
Sin pescado	Semana 1	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
		Martes	Primero	-															
			Segundo	-															
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Jueves	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Semana 2	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA															
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε															
			Segundo	Tortilla francesa horno				5											
	Miércoles	Primero	Ensalada de lechuga y maíz dulce																
Segundo		Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																	
	Guarnición	Cinta de lomo fresca a la plancha																	
Jueves	Primero	Ensalada de col fresca																	
	Segundo	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																	
	Guarnición	Pollo salteado al ajillo																	
Viernes	Primero	Patata panadera al horno																	
	Segundo	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, car	1	2	5							9		11					
	Guarnición	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9							
Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																
		Segundo	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,																
		Guarnición	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat				5												
	Martes	Primero	Tomate fresco aliñado con orégano																
		Segundo	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
Miércoles	Primero	Pavo asado con tomate y cebolla																	
	Segundo	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																	
Jueves	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
	Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
Viernes	Primero	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																	
	Segundo	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1										9		11				
	Guarnición	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po				2						9							
Semana 4	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																
	Martes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1										9		11			
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																
Miércoles	Primero	Ensalada de lechuga y cebolla																	
	Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																	
Jueves	Primero	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata				5													
	Segundo	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	
Viernes	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1										9		11	12			
	Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																
Miércoles	Primero	Patata panadera al horno																	
	Segundo	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
Jueves	Primero	Tortilla francesa horno				5													
	Segundo	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																	
Viernes	Primero	-																	
	Segundo	-																	
	Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Abadejo al horno Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Pera conferencia y pan integral	Coditos sin huevo con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judía v,patata, zana...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SINIFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin huevo	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Filete de merluza al horno/plancha					4											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4											14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate fi	1									9		11				14	
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,ze	1									9						14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Abadejo al horno					4											14	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11				14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos sin huevo con salsa de tomate case	1									9		11				14	
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin huevo con salsa de tomate	1								9		11				14		
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judí										9			12			14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11				14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada permitida(no kiwi) y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada permitida(no kiwi) y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada permitida(no kiwi) y pan integral	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Abadejo al horno Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Manzana golden y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Manzana golden y pan integral	Coditos sin huevo con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judía v,patata, zana...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Plátano y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Plátano y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Naranja y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo, frutos secos, kiwi

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUJES	SUFITOS	
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin huevo, frutos s	Semana 1	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Jueves	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
		Segundo	Filete de merluza al horno/plancha					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4											14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Jueves	Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Viernes	Primero	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate fi	1									9		11				
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,ze	1									9						
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14	
		Segundo	Abadejo al horno					4											
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11				14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14
		Guarnición	-																
	Viernes	Primero	Coditos sin huevo con salsa de tomate case	1									9		11				14
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1				4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin huevo con salsa de tomate	1								9		11				14	
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14
		Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judí										9			12			14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1				4											14
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14	
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11				14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Abadejo al horno Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Pera conferencia y pan integral	Coditos sin huevo con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judía v,patata, zana...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo,queso

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUQUES	SINIFITOS				
Sin huevo,queso	Semana 1	Lunes	Primero	-																		
			Segundo	-																		
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Martes	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Miércoles	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																			
	Jueves	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																			
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																			
		Segundo	#¡VALOR!																			
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																			
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																		
			Segundo	#¡VALOR!																		
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																		
			Segundo	Filete de merluza al horno/plancha					4													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																		14	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4													14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14	
Jueves		Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																			
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																			
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14	
Viernes		Primero	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate fi	1									9		11						14	
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9								14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																		14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,																	14		
		Segundo	Abadejo al horno					4													14	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																			
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																		
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																		14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																			
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																			
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14	
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11						14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Coditos sin huevo con salsa de tomate case	1									9		11						14	
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin huevo con salsa de tomate	1								9		11						14		
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																		14	
		Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla																			
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con fideos sin huevo(judí										9			12					14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14	
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4												14	
		Guarnición	Patatas al vapor																		14	
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																			
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1																	14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria																	14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																			
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14	
	Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1									9		11						14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																			
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																			
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14	
	Viernes	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Fruta fresca permitida (no plátano) y pan integral	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, carne picada mixta) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida (no plátano) y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Pera conferencia y pan integral	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,cebolla...) Merluza al horno en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida (no plátano) y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur natural y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no plátano) y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin salmón

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUFITOS			
Sin salmón	Semana 1	Lunes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Martes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Miércoles	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Jueves	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																		
		Segundo	#¡VALOR!																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																		
		Segundo	#¡VALOR!																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																		
		Segundo	Tortilla francesa horno																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
	Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																		14
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1																	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14
	Jueves	Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																		
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																		
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14
	Viernes	Primero	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, car	1	2	3										9		11			14
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1												9					
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																		14
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,																	14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat																		
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																		
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																	
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																		
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																		
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1												9		11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2											9					14
		Guarnición	-																		
	Viernes	Primero	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,i	1	2	3										9		11			14
		Segundo	Merluza al horno en salsa de naranja(harin	1																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1											9		11			14	
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)																		14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																		14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata																		14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1												9		11	12		14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																		
		Guarnición	-																		
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1																	14
		Guarnición	Patatas al vapor																		14
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																		
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1																	14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria																	14	
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14
	Martes	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1												9		11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2											9					14
		Guarnición	-																		
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																		
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																		
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14
	Viernes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, carne picada mixta) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Pera conferencia y pan integral	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon,cebolla...) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur natural y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no plátano, naranja) y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin marisco

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin marisco	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis a la boloñesa (salsa tomate, car	1	2	5							9		11				14	
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,zé	1									9							
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1									9		11					
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2								9						14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos a la carbonara(leche, nata, bacon, i	1	2	5							9		11					
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11						
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1								9		11	12				14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(ce																	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1									9		11					
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,po		2								9						14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan sin gluten	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo al horno Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan sin gluten	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan sin gluten	Espaguetis sin gluten con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan sin gluten
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan sin gluten	Guiso de alubias blancas con zanahoria(cebolla, tomate nat trit...) Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan sin gluten	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Pera conferencia y pan sin gluten	Coditos sin gluten con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin gluten
20	21	22	23	24
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan sin gluten	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan sin gluten	Sopa de verduras con fideos sin gluten(judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa encebollada(cebolla, aceite) Patatas al vapor Naranja y pan sin gluten	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guisantes salteados con patatas Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan sin gluten
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan sin gluten	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin gluten

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUMIFITOS		
Sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14	
		Segundo	Abadejo al horno					4												
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac																	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis sin gluten con salsa de tomate fi										9		11					
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria(ce																	
		Segundo	Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, ε					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol										9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos sin gluten con salsa de tomate case										9		11					
		Segundo	Salmón al horno con ajo y perejil					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate									9		11						
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata					5											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con fideos sin gluten(judi										9			12			14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Patometa encebollada(cebolla, aceite)						4											
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																14	
		Segundo	Guisantes salteados con patatas																14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol										9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo al horno						4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Crema de judías verdes y zanahoria(patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) Revuelto de huevo y calabacín Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa hortelana (pasta, champiñón, acelga) Guiso de garbanzos con verduras - Pera conferencia y pan integral	Coditos con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Tortilla de patata y cebolla horno Champiñones salteados Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa hortelana (pasta, champiñón, acelga) Guiso de garbanzos con verduras - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Tortilla francesa horno Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin carne

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin carne	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4												
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Crema de judías verdes y zanahoria(patata,																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y calabacín			5														
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (ton	1									9		11					
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,z	1									9							
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1				4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																	
		Segundo	Tortilla francesa horno			5														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Jueves	Primero	Sopa hortelana (pasta, champiñón, acelga)	1									9		11	12			14	
		Segundo	Guiso de garbanzos con verduras																14	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate casera (tomat	1									9		11					
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1				4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11						
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1								9		11	12				14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5														
		Guarnición	Champiñones salteados																	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1				4											14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zan																	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14		
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			5														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa hortelana (pasta, champiñón, acelga)	1									9		11	12			14	
		Segundo	Guiso de garbanzos con verduras																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14	
		Segundo	Tortilla francesa horno			5														
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																	
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1				4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	 Crema de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	 Espinacas salteadas Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	 Espaguetis sin soja con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural y fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Brócoli salteado con zanahoria Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y pimiento rojo Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	Arroz integral con verduras (pisto) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	Coditos sin soja napolitana(tomate natural trit, tomat, cebolla, zana) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y
20	21	22	23	24
Macarrones sin soja con salsa de tomate frito (cebolla, zanahoria) Lomo horno/plancha con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	Sopa hortelana con fideos sin soja(zanahoria, acelga, patata...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Tortilla francesa horno Patatas al vapor Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	Brócoli salteado con zanahoria Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calabacín) Ensalada de col fresca Yogur natural y fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramuslo de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca de temporada permitida(no fruta pelo) y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA temporada permitida(no fruta pelo) y

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin legumbre,pescado,fruta

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUMIFITOS	
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin legumbre,pesc	Semana 1	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Jueves	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
		Segundo	Tortilla francesa horno			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria (patata, zanahoria, cet																14
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Jueves	Primero	Espinacas salteadas																
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Viernes	Primero	Espaguetis sin soja con salsa de tomate frito	1										11					
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5													
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Martes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																
		Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (pisto)																
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, po	1										11	12				14
		Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																14
		Guarnición	-																
	Viernes	Primero	Coditos sin soja napolitana(tomate natural	1										11					
		Segundo	Tortilla francesa horno			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin soja con salsa de tomate fri											11					
		Segundo	Lomo horno/plancha con pimiento y ceboll																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo,																
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles	Primero	Sopa hortelana con fideos sin soja(zanahor	1	2	5								11	12				14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pat																14
		Segundo	Tortilla francesa horno			5													
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																
		Segundo	Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calat																
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria !															14	
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, po	1										11	12				14
		Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																14
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,																14
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																
		Segundo	Tortilla francesa horno			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Crema de judías verdes y zanahoria(patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur de soja y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Pera conferencia y pan integral	Coditos con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zana...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur de soja y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUJES	SUFITOS			
Sin PLV	Semana 1	Lunes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Martes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Miércoles	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Jueves	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																		
		Segundo	#¡VALOR!																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																		
		Segundo	#¡VALOR!																		
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																		
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																		
		Segundo	Tortilla francesa horno																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
	Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																		14
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1																	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14
	Jueves	Primero	Crema de judías verdes y zanahoria(patata,																		14
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																		
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14
	Viernes	Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (ton	1																	
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,ze	1																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																		14
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,																	14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat																		
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																		
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																	
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																		14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																		
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14
	Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1																	14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																		14
		Guarnición	-																		
	Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate casera (tomate	1																	
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1																	
		Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)																		14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																		14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata																		14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1																	14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																		
		Guarnición	-																		
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1																	14
		Guarnición	Patatas al vapor																		14
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																		
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1																	14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																		14
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria																	14	
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																		14
	Martes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1																	14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																		14
		Guarnición	-																		
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																		14
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																		
		Guarnición	Patata panadera al horno																		14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																		
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																		14
	Viernes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	Crema de judías verdes y zanahoria(patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salteado de alubias pintas con calabacín,zanahoria, lombarda y teriyaki Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur de soja y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria(tomate natural triturado, zanahoria, cebolla) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina trigo) Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (guisante, calabacín) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Pera conferencia y pan integral	Coditos con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, judía v,patata, zahan...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Palometa guisada a la riojana (pimiento rojo,harina trigo,tomate nat trit)) Patatas al vapor Naranja y pan integral	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de col fresca Yogur de soja y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramusto de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV, frutos secos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUFITOS	
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin PLV, frutos sec	Semana 1	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Jueves	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
	Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
		Segundo	Tortilla francesa horno			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,																14
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4										
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Jueves	Primero	Crema de judías verdes y zanahoria(patata,																14
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Viernes	Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (ton	1									9		11				
		Segundo	Salteado de alubias pintas con calabacín,z	1									9						
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,															14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5													
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
		Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,	1					4										
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (guisante, calab																
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1											11	12			14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																14
		Guarnición	-																
	Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate casera (tomate	1									9		11				
		Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de trigo,	1					4										14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11					
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pin																14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero(fiideo, j	1								9		11	12				14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14
		Segundo	Patometa guisada a la riojana (pimiento roj	1					4										14
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerd																
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate nati	1															14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14	
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14
	Martes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pu	1											11	12			14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																14
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi																14
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																
		Guarnición	Patata panadera al horno																14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																
		Segundo	Abadejo frito a la andaluza(harina de trigo)	1					4										
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
		 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA
06	07	08	09	10
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ajo) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	 Crema de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	 Espinacas salteadas Pollo salteado al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	 Espaguetis sin soja con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan
13	14	15	16	17
Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan	Brócoli salteado con zanahoria Pavo asado con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y pimiento rojo Manzana golden y pan integral	Arroz integral con verduras (pisto) Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Pera conferencia y pan integral	Coditos sin soja aglio-olio(aceite, pimentón) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
20	21	22	23	24
Macarrones sin soja con salsa de tomate frito (cebolla, zanahoria) Lomo horno/plancha con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan integral	Sopa hortelana con fideos sin soja(zanahoria, acelga, patata...) Pollo en salsa con champiñones(champiñón, tomate nat trit, cebolla...) - Manzana golden y pan	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Tortilla francesa horno Patatas al vapor Naranja y pan integral	Brócoli salteado con zanahoria Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calabacín) Ensalada de col fresca Yogur y manzana y pan
27	28	29	30	01
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Contramuslo de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y cebolla Manzana golden y pan	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Naranja y pan integral	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Pera conferencia y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin legumbres

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUMIFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin legumbres	Semana 1	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Viernes	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																	
	Semana 2	Lunes	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	#¡VALOR!																
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA																
		Martes	Primero	Arroz salteado con champiñones(cebolla, ε																
			Segundo	Tortilla francesa horno			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Miércoles		Primero	Crema de zanahoria (patata, zanahoria, cet																14	
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
Jueves		Primero	Espinacas salteadas																	
		Segundo	Pollo salteado al ajillo																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Viernes		Primero	Espaguetis sin soja con salsa de tomate frito	1										11						
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			5														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro, calabaza,															14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			5														
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Martes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																	
		Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y pimiento rojo																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con verduras (pisto)																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14	
Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, po	1										11	12				14		
	Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																14		
	Guarnición	-																		
Viernes	Primero	Coditos sin soja aglio-olio(aceite, pimentón	1										11							
	Segundo	Tortilla francesa horno			5															
	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14		
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones sin soja con salsa de tomate fri										11							
		Segundo	Lomo horno/plancha con pimiento y ceboll																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo,																	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, pata			5													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Sopa hortelana con fideos sin soja(zanahor	1	2	5							11	12					14	
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones(champiñó																	
		Guarnición	-																	
Jueves	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pat																14		
	Segundo	Tortilla francesa horno			5															
	Guarnición	Patatas al vapor																14		
Viernes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																		
	Segundo	Arroz con verduras y pollo (zanahoria, calat																		
	Guarnición	Ensalada de col fresca																14		
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria !															14		
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla																14	
	Martes	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, po	1										11	12				14	
		Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																14	
		Guarnición	-																	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza asada(puerro, calabaza,																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Patata panadera al horno																14	
Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tc																		
	Segundo	Tortilla francesa horno			5															
	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca																14		
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
	Guarnición	-																		