

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Ternera al Horno
Patatas Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Ragout de Pollo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa de Fideos
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,
Patata y Zanahoria
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas de Pollo Frescas al Vino
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8 Arroz a Banda.
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado en Guiso
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Crujiente de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Rotti de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Abadejo con Tomate
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

1 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8 Arroz a Banda.
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

11 Crema de Calabacín
Limanda al Horno
Patatas Dado en Guiso
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

15 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta con Atún
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

21 Sopa Castellana
Huevos En Salsa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Crujiente de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

26 Crema de Coliflor
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

28 Paella de Marisco
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

29 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas Frescas al Vino
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8 Arroz a Banda.
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado en Guiso
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Rotti de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas Frescas al Vino
Zanahorias al Ajillo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Pasta Sin Gluten Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Ternera al Horno
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Pasta Sin Gluten con Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Escalope de Pollo sin Gluten Sin Huevo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Pasta Sin Gluten con Tomate
Bacalao a la Andaluza (Harina sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Rotti de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas Frescas al Vino
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Abadejo con Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

6 Pasta Sin Huevo Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado en Guiso
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

14 Pasta Sin Huevo con Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta Sin Huevo Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

19 Judías Pintas con Chorizo
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo sin Gluten Sin Huevo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Ternera al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Paella de Marisco
Rotti de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo de Soja

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo de Soja

1 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Ternera al Horno
Patatas Dado
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo de Soja

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta con Atún
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo de Soja

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Arroz + Carne + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Ragout de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Salchichas Frescas al Vino
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Cinta de Lomo al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

8 Arroz Campesina
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

11 Crema de Calabacín
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado en Guiso
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Ave + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Huevos En Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

27 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Verduras
Rotti de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Sopa de Picadillo
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo

1 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11 Crema de Calabacín
Ternera al Horno
Patatas Dado
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

15 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Crema de Zanahoria
Pasta con Atún
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Brocoli Salteado
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

21 Sopa Castellana
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

22 Pasta con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Pasta con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Ragout de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

29 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo de Soja

6 Macarrones Napolitana
Salmón al Horno
Pimientos Asados
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

7 Crema de Brócoli y Zanahoria
Falafel de Garbanzos
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo de Soja

11 Crema de Calabacín
Ternera al Horno
Patatas Dado
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

12



13 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo de Soja

14 Fideuá de Verduras
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria
Pasta con Atún
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Judías Pintas Estofadas
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Fruta

20 Arroz con Verduras
Jurel al Ajillo
Zanahoria Rehogada
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo de Soja

21 Sopa Castellana
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

26 Crema de Coliflor
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Panadera
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27 Marmitako de Salmón
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 Paella de Marisco
Ragout de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

1 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8 Arroz a Banda.
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Garbanzos Estofados con Verduras
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Arroz + Carne + Fruta

29 Sopa de Fideos
Cocido Sin Chorizo
Repollo Rehogado
Pan
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea