

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	2 Garbanzos a la Catalana Sardinas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	3 Pasta Sin Gluten al Gratén Rotti de Pavo al Horno Zanahoria ECO en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	4 Guisantes a la Sevillana Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo
7 Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	8 Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	9 Arroz del Señoret Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	10 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO Merluza en Salsa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Ave + Fruta
14 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	15 Pasta Sin Gluten al Gratén Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	16 Patatas Guisadas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	17 Paella de Verduras Limanda a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Judías Pintas Estofadas Lomo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta
21 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	22 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Pasta Sin Gluten con Atún Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	25 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Cebolla Asada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
28 Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	29 Judías Pintas Estofadas Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	30 Fideuá de Verduras (pasta S/Gluten S/Huevo) Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	31 Sopa de Arroz Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

2 Garbanzos a la Catalana
Sardinas al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

3 Espaguetts con Tomate y Queso
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

4 Guisantes a la Sevillana
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Avo + Lácteo

7 Crema de Zanahoria ECO
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Patatas a la Riojana
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

9 Arroz del Señoret
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

10 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11 Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO
Merluza en Salsa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Avo + Fruta

14 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15 Coditos al Gratén
Jurel al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Lácteo

17 Paella de Verduras
Limanda a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

18 Judías Pintas Estofadas
Lomo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

22 Arroz con Tomate
Empanadillas de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

23 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24 Macarrones con Atún
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

25 Crema de Verduras ECO
Hamburguesa de Ternera
Cebolla Asada
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

28 Judías Verdes con Tomate
Huevos Villarroy
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

29 Judías Pintas Estofadas
Pollo Asado
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

30 Fideuá de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

31 Sopa de Arroz
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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