

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**5** Ensaladilla Rusa  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**12** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**19** Judías Verdes Rehogadas  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**6** Crema de Verduras ECO  
Pasta Sin Gluten Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**13** Crema de Zanahoria ECO  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**20** Ensalada Mixta  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Chips  
Pan Sin Gluten y Agua  
Natillas de Vainilla  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

DÍA ESPECIAL

**7** Pasta sin Gluten Amatriciana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**14** Ensalada de Pasta (Pasta Sin Gluten)  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

21

**1** Pasta Sin Gluten con Verduras  
Merluza al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta

8



**15** Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22

**2** Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**9** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**16** Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

23

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

- 5** Ensaladilla Rusa  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 12** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 19** Judías Verdes Rehogadas  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 6** Crema de Verduras ECO  
Pasta Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

- 13** Crema de Zanahoria ECO  
Rape a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 20** Ensalada Mixta  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Chips  
Pan y Agua  
Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

DÍA ESPECIAL

## Miércoles

- 7** Macarrones Amatriciana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 14** Ensalada de Pasta  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**21**

## Jueves

- 1** Fideuá de Verduras  
Merluza al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta

**8**



FESTIVO

- 15** Sopa de Fideos  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**22**

## Viernes

- 2** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 9** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 16** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**23**

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

**5** Ensaladilla Rusa sin Mayonesa  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**12** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**19** Judías Verdes Rehogadas  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Crema de Verduras ECO  
Pasta Sin Huevo Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**13** Crema de Zanahoria ECO  
Rape a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**20** Ensalada Mixta  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Chips  
Pan y Agua  
Natillas de Vainilla

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**7** Pasta sin Huevo Amatriciana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**14** Ensalada de Pasta (Pasta Sin Huevo)  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**21**

**1** Pasta Sin Huevo con Verduras  
Merluza al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta

**8**



**FESTIVO**

**15** Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**22**

**2** Lentejas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**9** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**16** Lentejas Estofadas con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**23**

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

**5** Ensaladilla Rusa  
Fritura de Pescado  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**6** Crema de Verduras ECO  
Lasaña Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**7** Macarrones Amatriciana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**1** Fideuá de Verduras  
Merluza al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta

**2** Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**12** Paella de Marisco  
Flamenquines  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13** Crema de Zanahoria ECO  
Rape a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**14** Ensalada de Pasta  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**15** Sopa de Fideos  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**16** Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**19** Judías Verdes Rehogadas  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**20** Ensalada Mixta  
Hamburguesa Completa  
Patatas Chips  
Natillas de Vainilla  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**21**

**22**

**23**



**FESTIVO**

**DÍA ESPECIAL**

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.