

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada



JORNADA GASTRONÓMICA  
BALEARES

Kcal: 780 Lip: 34,82 Prot: 22,34 HC: 94,95

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 610 Lip: 19,43 Prot: 37,59 HC: 73,37

Cena: Pasta + Ave + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 688 Lip: 19,15 Prot: 41,26 HC: 89,72

Cena: Patata + Ave + Fruta

22 Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial



Kcal: 709 Lip: 17,50 Prot: 33,19 HC: 87,59

Cena: Verdura + Ave + Fruta

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 621 Lip: 19,49 Prot: 39,61 HC: 73,92

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

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

Kcal: 651 Lip: 15,31 Prot: 39,53 HC: 92,04

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Judías Blancas con Choco  
Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 690 Lip: 20,37 Prot: 50,15 HC: 78,96

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28



FESTIVO

6 Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 677 Lip: 28,61 Prot: 29,33 HC: 78,44

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

13 Arroz Tres Delicias  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 645 Lip: 28,55 Prot: 23,55 HC: 73,06

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 652 Lip: 24,60 Prot: 31,94 HC: 78,63

Cena: Arroz + Carne + Fruta

27



FESTIVO

5 Arroz con Tomate  
Salmón al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 737 Lip: 27,76 Prot: 30,27 HC: 94,79

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 643 Lip: 18,64 Prot: 31,32 HC: 87,84

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras  
Salchichas Frescas al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 812 Lip: 28,74 Prot: 23,15 HC: 115,43

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26



FESTIVO

4 Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 683 Lip: 16,69 Prot: 20,11 HC: 95,22

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 585 Lip: 20,80 Prot: 32,71 HC: 68,18

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

18 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 600 Lip: 29,16 Prot: 21,67 HC: 59,01

Cena: Patata + Huevo + Fruta

25



FESTIVO

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.