

Lunes

1



FESTIVO

8

Coditos con Tomate
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15

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

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

Espirales Amatriciana
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Tallarines a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

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

Cena: Patata + Huevo + Fruta

9

Arroz con Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Jurel al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO
Rotti de Pavo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

30

Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

3

Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Macarrones Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

24

Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

31



FESTIVO

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

11

Crema de Calabacín ECO
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

18

Arroz con Verduras: Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

25

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

1

Viernes

5

Arroz Campesina
Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19

Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas
Jurel en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja


Cena: Arroz + Huevo + Fruta

2

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  FESTIVO	2 Crema de Verduras ECO Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	3 Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	4 Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	5 Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
8 Coditos al Gratén Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	9 Arroz con Tomate Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	10 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	11 Coliflor a la Italiana Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	12 Judías Pintas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
15 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	16 Judías Blancas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	17 Macarrones Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	18 Rissoto de Tomate y Calabacín Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	19 Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
22 Espirales Amatriciana Nuggets de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	23 Crema de Calabacín ECO Rotti de Pavo al Horno Dados de Calabaza ECO Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	24 Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	26 Judías Pintas Estofadas Jurel en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
29 Judías Verdes Rehogadas Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	30 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	31  FESTIVO	1	2

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

1



FESTIVO

8

Pasta Sin Gluten al Gratén
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15

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

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

Pasta sin Gluten Amatriciana
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

9

Arroz con Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO
Rotti de Pavo al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

30

Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

3

Pasta Sin Gluten con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Pasta Sin Gluten Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

24

Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

31



FESTIVO

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

11

Crema de Calabacín ECO
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

18

Rissoto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

25

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

1

Viernes

5

Arroz Campesina
Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19

Crema de Zanahoria ECO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas
Jurel en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

2

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

1



FESTIVO

8

Pasta Sin Huevo al Gratén
Salchichas Frescas al Vino
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15

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

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

Pasta sin Huevo Amatriciana
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29

Judías Verdes Rehogadas
Pasta Sin Huevo Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

2

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

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

9

Arroz con Tomate.
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Jurel al Horno.
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

23

Crema de Calabacín ECO.
Rotti de Pavo al Horno.
Dados de Calabaza ECO.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

30

Lentejas con Chorizo.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

3

Pasta Sin Huevo con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Pasta Sin Huevo Napolitana
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

24

Arroz con Tomate.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

31



FESTIVO

Jueves

4

Judías Blancas con Chorizo.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

11

Coliflor a la Italiana
Bacalao con Tomate.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

18

Rissoto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

25

Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo.
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

1

Viernes

5

Arroz Campesina.
Gallo a la Riojana.
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

12

Judías Pintas Estofadas.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19

Lentejas Con Arroz.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Judías Pintas Estofadas.
Jurel en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur



Cena: Arroz + Verdura + Fruta

2

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
<p>1</p> <p> FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>3</p> <p>Pasta Sin Huevo con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>4</p> <p>Judías Blancas con Chorizo. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>5</p> <p>Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>8</p> <p>Pasta Sin Huevo con Tomate Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>9</p> <p>Arroz con Tomate. Merluza a la Andaluz Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>10</p> <p>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>11</p> <p>Crema de Calabacín ECO Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Judías Pintas Estofadas. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>15</p> <p>Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>16</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Jurel al Horno. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta</p>	<p>17</p> <p>Pasta Sin Huevo Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Arroz con Verduras: Pimiento, Zanahoria y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Lentejas Con Arroz. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>
<p>22</p> <p>Pasta sin Huevo Amatriciana Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>23</p> <p>Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>24</p> <p>Arroz con Tomate. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>
<p>29</p> <p>Judías Verdes Rehogadas Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con Chorizo. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>31</p> <p> FESTIVO</p>	<p>1</p>	<p>2</p>

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.