

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Crema de Calabacín ECO. Lacón al horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	7 Garbanzos a la Catalana Hamburguesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Espaguetis con Tomate Ternera a la Jardinera Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
11 Crema de Verduras ECO. Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Arroz Campesina. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	13 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	14 Lentejas Estofadas con Verduras. Palometa con Tomate. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	 FESTIVO
18 Arroz con Tomate. Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	19 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	20 Crema de Verduras ECO. Albóndigas de Ternera en Salsa. Zanahoria en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	21 Garbanzos Estofados con Patata Palometa al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	22 Espirales con Verdura y Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
25 Crema de Zanahoria ECO. Marmitako de Salmón. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Arroz con Verduras Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo	27 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	28 Lentejas Estofadas con Verduras. Hamburguesa de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	29 Pasta Salteada Magro de Cerdo con Tomate. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta

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.