

Lunes

- 2 Macarrones Integrales con Tomate
Caballa en Aceite
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9 Coditos Napolitana
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

16



FESTIVO

- 23 Crema de Brócoli y Zanahoria
Jamoncitos de Pollo al Horno
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Martes

- 3 Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 10 Lentejas Estofadas con Verduras
Bacalao Rebozado
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

17



FESTIVO

- 24 Espirales con Salsa al Pepe
Merluza en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Calabacín ECO
Pollo Asado
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 11 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla Francesa con Queso
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 18 Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 25 Arroz con Salsa de Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

- 5 Salteado de Verduras
Lentejas con Pollo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 Arroz con Salsa de Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 19 Arroz Campesina
Jamoncitos de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 26 Judías Pintas Estofadas
Salmón a la Naranja
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Paella de Verduras
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 13 Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdo)

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 20 Brócoli Gratinado
Alubias Blancas Viudas
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 27 Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdo)

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

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

- 2 Macarrones con Tomate (pasta sin Gluten)
Caballa en Aceite
Tomate Aliñado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9 Macarrones Napolitana (pasta sin gluten)
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta



- 23 Crema de Brócoli y Zanahoria
Cinta de Lomo al Horno
Tomate Aliñado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Martes

- 3 Garbanzos Estofados con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 10 Brócoli Gratinado
Bacalao Rebozado
Tomate Aliñado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo



- 24 Pasta con salsa al Pepe (Pasta Sin Gluten)
Merluza en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Calabacín ECO
Pollo Asado
Champiñón Rehogado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 11 Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo Estofado
Pimientos Asados
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 18 Crema de Calabacín
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 25 Arroz con Salsa de Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

- 5 Salteado de Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Dado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 Arroz con Salsa de Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 19 Arroz Campesina
Jamoncitos de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 26 Judías Pintas Estofadas
Salmón a la Naranja
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6 Paella de Verduras
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 13 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 20 Brócoli Gratinado
Alubias Blancas Viudas
Patatas Dado en Guiso
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 27 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

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

- 2** Macarrones Integrales con Tomate
Caballa en Aceite
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** Coditos Napolitana
Tortilla de Patata con Cebolla Casera

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta



- 23** Crema de Brócoli y Zanahoria
Cinta de Lomo al Horno

Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Martes

- 3** Crema de Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 10** Brócoli Gratinado
Bacalao Rebozado

Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo



- 24** Espirales con Salsa al Pepe
Merluza en Salsa

Zanahoria Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Miércoles

- 4** Crema de Calabacín ECO
Pollo Asado
Champiñón Rehogado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 11** Crema de Zanahoria ECO
Magro de Cerdo Estofado

Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 18** Crema de Calabacín
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 25** Arroz con Salsa de Tomate
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

- 5** Calabacín Gratinado
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** Arroz con Salsa de Tomate
Merluza al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 19** Arroz Campesina (sin Guisantes)
Jamoncitos de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 26** Crema de Calabaza
Salmón a la Naranja

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

- 6** Paella de Verduras
Merluza a la Riojana
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 13** Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera)
con Verdura y Patata

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 20** Brócoli Gratinado
Lomo al Ajillo
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 27** Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera)
con Verdura y Patata

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea