

## Lunes

8

Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Piña al Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Judías Verdes con Cebolla y Ajo  
Magro de Cerdo en Salsa.  
Patatas Dado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Espirales con Chorizo  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Tomate Aliñado con AOVE  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

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

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

## Martes

9

Judías Verdes Rehogadas  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

16

Lentejas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Tomate Aliñado con AOVE  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

30

Arroz con Tomate  
Lomo al Pepe  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Miércoles

10

Lentejas Castellanas  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

17

Arroz con Tomate  
Salmón a la Naranja  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

24

Paella de Verduras  
Merluza a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

11

Crema de Calabacín ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

18

Brócoli Salteado  
Tallarines a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

25

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

12

Coditos con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

19

Garbanzos a la Catalana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

26

Guisantes a la Sevillana  
Delicias de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + 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.

## Lunes

8

Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Piña al Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Judías Verdes con Cebolla y Ajo  
Magro de Cerdo en Salsa.  
Patatas Dado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

22

Espirales con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Tomate Aliñado con AOVE  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

29

Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Martes

9

Judías Verdes Rehogadas  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

16

Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Tomate Aliñado con AOVE  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

23

Crema de Zanahoria ECO  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

30

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Miércoles

10

Lentejas Castellanas  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17

Arroz con Tomate  
Salmón a la Naranja  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

24

Paella de Verduras  
Merluza a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

11

Crema de Calabacín ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

18

Brócoli Salteado  
Tallarines a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

25

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

12

Coditos con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

19

Garbanzos a la Catalana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

26

Guisantes a la Sevillana  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

**Cena:** Arroz + Ave + 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.