

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

Crema de Calabacín ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

3

Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6

Coliflor a la Italiana
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

7

Paella de Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8

Lentejas Estofadas con Verduras
Arroz Pilaf
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Lácteo

9

Macarrones con Tomate
Salmón a la Naranja
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Potaje de Garbanzos Estofados
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

13

Crema de Zanahoria ECO
Tortilla Francesa con Queso
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14

Judías Pintas Estofadas
Bacalao con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

15

Arroz a Banda
Tortilla de Patata con Calabacín.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

16

Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Espirales al Gratén
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

20

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21

Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO
Caballa en Aceite
Guisantes Rehogados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

23

Garbanzos Estofados con Verduras
Bacalao a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

24

Coditos Napolitana
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27

Judías Verdes con Tomate
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

28

Fideuá de Verduras ECO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

29

Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30



FESTIVO

31



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.