

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Verduras ECO.
Magro de Cerdo con Tomate.
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Judías Verdes con Tomate.
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29

Coliflor en Tempura
Ragout de Ternera Estofada.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Martes

2

Crema de Zanahoria ECO.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

9

Pasta sin Huevo Amatriciana
Bacaladitos al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Zanahoria ECO.
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

23

COCIDO MARAGATO
Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

30

Pasta Sin Huevo Napolitana
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

3

Lentejas Con Arroz.
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

10

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

17

Paella de Pollo y Verduras.
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24

Arroz Campesina.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

4

Pasta Sin Huevo con Tomate
Pollo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Judías Pintas Estofadas.
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

25

Fideuá de Verduras ECO (pasta sin gluten ni huevo)
Bacaladitos a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

Viernes

5

Garbanzos Encebollados.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

19

Pasta Sin Huevo al Gratén
Bacaladitos al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

26

Lentejas Estofadas con Verduras.
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + 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.

Lunes

1



FESTIVO

8

Crema de Verduras ECO.
Magro de Cerdo con Tomate.
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

15

Judías Verdes con Tomate.
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

22

Crema de Verduras ECO.
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29

Coliflor en Tempura
Ragout de Ternera Estofada.
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

Martes

2

Crema de Zanahoria ECO.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

9

Espaguetis Amatriciana
Bacaladitos al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Crema de Zanahoria ECO.
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

23

COCIDO MARAGATO
Sopa de Cocido.
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

30

Macarrones Napolitana
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

3

Lentejas Con Arroz.
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

10

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

17

Paella de Pollo y Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24

Arroz Campesina.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

4

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11

Arroz con Tomate.
Salmón en Salsa de Eneldo.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Judías Pintas Estofadas.
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

25

Fideuá de Verduras ECO.
Bacaladitos a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Lácteo

Viernes

5

Garbanzos Encebollados.
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

12

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

19

Coditos al Gratén
Salmón al Horno.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

26

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

Cena: Arroz + 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.