

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa Espinaca 75g
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

11  **FESTIVO**

- 18** Pasta Sin Gluten con Chorizo Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Chorizo Fresco
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 25** Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

- 5** Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada
Magro en Salsa Cerdo Magro, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

- 12** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Tortilla de York Tortilla Francesa Jam Coc
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 26** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Ave + Fruta

Miércoles

- 6** Pasta Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 13** Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 20** Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 27** Pasta Sin Gluten con Atún Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 7** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 14** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Pollo, Codillo Jamon, Ternera Huesos
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Carne + Fruta

- 21** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Ave + Fruta

- 28** Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

- 1** Garbanzos Encebollados Garbanzo, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Caella Adobado Caella, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8  **FESTIVO**

- 15** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Filete de Lomo de Sajonia Lomo Sajonia Loncheado, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 22** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 4** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa Espinaca 75g
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

11



- 18** **Pasta Napolitana** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 25** **Arroz a Banda** Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

- Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate** Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 5** **Crema de Coliflor** Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada
Nuggets de Pescado Nugget Pescado, , Aceite Girasol
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

- 12** **Arroz con Verduras** Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

- Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19** **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

- Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 26** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

- Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

- Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 6** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 13** **Crema de Calabaza** Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°

- Ragout de Ternera Estofada** Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

- Pan Integral y Agua** Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 20** **Crema de Verduras** Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

- Patatas Revolconas** Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

- Pan Integral y Agua** Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 27** **Pasta con Atún** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

- Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

- Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

- Pan Integral y Agua** Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 7** **Sopa de Fideos** Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado
Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 14** **Sopa de Fideos** Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado

- Bacalao con Tomate** Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, , Aceite Girasol

- Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 28** **Menestra Rehogada** J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

- Patatas Panadera** Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 1** **Garbanzos Encebollados** Garbanzo, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Caella Adobado Caella, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Carne + Fruta

8



FESTIVO

- 15** **Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

- Croquetas de Bacalao** Croqueta Bacalao, Aceite Girasol

- Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 22** **Sopa de Cocido** Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata Pelada, Codillo Jamon

- Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°

- Pan y Agua** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

4 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa Espinaca 75g
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

11 
FESTIVO

18 **Pasta Napolitana** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Patata + Lácteo

25 **Arroz a Banda** Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Queso + Fruta

Martes

5 **Crema de Coliflor** Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada
Nuggets de Pescado Nugget Pescado, , Aceite Girasol
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

12 **Arroz con Verduras** Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

6 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 **Crema de Calabaza** Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla de Patata con Cebolla Tortilla Patata/cebo S/s
Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

20 **Crema de Verduras** Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

27 **Pasta con Atún** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

7 **Sopa de Fideos** Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado
Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14 **Sopa de Fideos** Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Huevo + Fruta

21 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, , Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 **Menestra Rehogada** J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Viernes

1 **Garbanzos Encebollados** Garbanzo, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Caella Adobado Caella, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

8 
FESTIVO

15 **Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Bacalao Croqueta Bacalao, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 **Sopa de Fideos** Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado
Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

4 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa Espinaca 75g
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Fruta



11 Pasta Sin Gluten con Chorizo Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Chorizo Fresco
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18 Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

5 Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada
Magro en Salsa Cerdo Magro, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

12 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Tortilla de York Tortilla Francesa Jam Coc
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Ave + Fruta

Miércoles

6 Pasta Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

20 Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

27 Pasta Sin Gluten con Atún Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

7 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14 Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Pollo, Codillo Jamon, Ternera Huesos
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Patata + Carne + Fruta

21 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Ave + Fruta

28 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

1 Garbanzos Encebollados Garbanzo, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Caella Adobado Caella, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Carne + Fruta



8 Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Filete de Lomo de Sajonia Lomo Sajonia Loncheado, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Ave + Fruta

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

4 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

Ensalada Mixta Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

11



18 Pasta Sin Huevo Napolitana Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Verdura + Lácteo

25

Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Ensalada Mixta Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Queso + Fruta

Martes

5 Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Verdura + Lácteo

12

Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Patata + Lácteo

19

Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada Mixta Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26

Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

Miércoles

6 Pasta Sin Huevo con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Verdura + Fruta

13

Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada Mixta Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa

Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

20

Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin

Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

27

Pasta Sin Huevo con Atún Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada Mixta Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

7 Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Fideos Arroz S/gluten, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado

Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14

Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Fideos Arroz S/gluten, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado

Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Verdura + Fruta

21

Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Verdura + Fruta

28

Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

Viernes

1

Garbanzos Encebollados Garbanzo, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Caella Adobado Caella, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

8



15

Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

22

Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Fideos Arroz S/gluten, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado

Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Lunes

4 Lentejas Estofadas Sin Tomate Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Tortilla Francesa de Espinacas Tortilla Francesa Espinaca 75g
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg Cortada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

11  **FESTIVO**

18 Pasta con Verduras Sin Tomate Espiral, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

25 Arroz a Banda Sin Tomate Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Filete de Pollo al Horno Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

5 Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Sal Fina Yodada
Magro en Salsa Cerdo Magro, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Patata + Huevo + Lácteo

12 Arroz con Verduras sin Menestra ni Tomate Arroz Vaporizado, Cebolla, Zanahoria, Pimiento Rojo Dado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Sopa de Fideos sin Tomate Fideos Entrefino, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Lentejas Estofadas Sin Tomate Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Verde Dado
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg Cortada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Arroz + Ave + Fruta

Miércoles

6 Pasta Rehogada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

20 Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

27 Pasta Salteada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Sin Lactosa
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

7 Sopa de Fideos sin Tomate Fideos Entrefino, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Carne Guisada con Verdura y Patata Pollo, Ternera Falda, Patata Pelada, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14 Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa
Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maiz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Patata + Carne + Fruta

21 Arroz Rehogado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maiz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Sin Lactosa
Cena: Patata + Ave + Fruta

28 Crema de Calabacín Patata Pelada, Calabacin, Calabacin Dado, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Viernes

1 Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maiz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan

Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8  **FESTIVO**

15 Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Yogur Sin Lactosa
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Sopa de Fideos sin Tomate Fideos Entrefino, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Carne Guisada con Verdura y Patata Pollo, Ternera Falda, Patata Pelada, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche S/lactosa Semi 1l
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.