

### Lunes

- 2** Pasta Sin Gluten con Caballa Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 16** **Crema de Verduras** Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Patata + Pescado + Fruta

### Martes

- 3** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Bacalao en Papillote** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- 10** **Pasta Sin Gluten Napolitana** Tomate Frito, Macarrones S/gluten, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)** Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Verdura + Ave + Lácteo

### Miércoles

- 4** **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Magro con Tomate** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

#### Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** **Crema de Zanahoria Ecológica** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ragout de Pollo al Ajillo** Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Panadera** Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

#### Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 18** **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

#### Cena: Patata + Carne + Fruta

### Jueves

- 5** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**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, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 12** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salmón al Horno** Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 19** **Pasta Sin Gluten con Queso** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado  
**Merluza en Salsa Verde** Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

### Viernes



- 6** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

#### Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** **Ensalada Mixta** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Refrescos sin Azucar ni Cafeina**

#### Cena: Pasta + Pescado + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.