

Lunes

- 3** Crema de Coliflor.
Flamenquines
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 4** Arroz Campesina.
Huevos Rellenos de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Jueves

- 6** Calabacín ECO Gratinado.
Guiso de Patata con Merluza.
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Guisantes Rehogados
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 10** Salteado de Berenjena y Calabacín ECO.
Lentejas con Pollo.
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Puré de Patata.
Bienmesabe Adobado.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

12



- 13** Crema de Calabacín ECO.
Pasta Napolitana
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Rissoto de Champiñón.
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 17** Crema de Champiñón.
Calamares a la Romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 18** Salteado de Verduras
Potaje de Garbanzos con Bacalao.
Patatas Dado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19** Espirales con Atún.
Pollo Asado
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20** Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 21** Arroz a Banda.
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 24** Sopa de Fideos
Pollo Asado
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 25** Arroz con Tomate.
Sardinas al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Remolacha
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27** Macarrones con Tomate
Merluza en Papillote
Verduras Asadas
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 28** Crema de Verduras ECO.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 31** Ensaladilla Rusa
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + 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.