

Lunes

- 1 Lentejas Estofadas con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 2 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Zanahorias al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 3 Marmitako de Salmón
Huevos En Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 4 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Viernes

7



FESTIVO

8



FESTIVO

14

Sopa Minestrone
Lasaña de Carne de Ternera
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

15

Judías Blancas con Chorizo
Limanda a la Andaluza
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

16

Arroz Cinco Delicias
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

17

Crema de Calabacín
Marrajo con Pasta y Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

18

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

21

Kcal: 754 Lip: 24,78 Prot: 22,20 HC: 109,20
Cena: Patata + Huevo + Lácteo
Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada

22

Kcal: 688 Lip: 23,12 Prot: 41,93 HC: 79,92
Cena: Verdura + Ave + Fruta
Sopa de Navidad
Pollo a la Naranja
Patatas Chips
Pan y Agua
Postre especial

23

Kcal: 643 Lip: 28,15 Prot: 21,12 HC: 76,42
Cena: Verdura + Carne + Lácteo



FESTIVO

24

Kcal: 559 Lip: 13,32 Prot: 31,53 HC: 79,71
Cena: Arroz + Ave + Fruta



FESTIVO

25

Kcal: 719 Lip: 22,30 Prot: 35,43 HC: 92,75
Cena: Verdura + Pescado + Fruta



FESTIVO

28



FESTIVO

29



FESTIVO

30



FESTIVO

31



FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía (kcal) / Lípidos (g) / Proteínas (g) / Hidratos 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 Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.