

## Lunes

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

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 8 Lentejas con Chorizo  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo

- 22 Arroz con Tomate  
Abadejo en Papillote  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 2 Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 9 Judías Verdes con Tomate  
Pollo al Ajillo  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 16 Arroz con Pollo  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 23 Lentejas Estofadas con Verduras  
Cordon Bleu de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Miércoles

- 3 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata  
Zanahorias Baby  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 10 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 17 Crema de Calabacín  
Albóndigas en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 24 Marmitako de Salmón  
Huevos En Salsa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Jueves

- 4 Crema de Verduras  
Bacalao Rebozado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 11 Patatas Guisadas con Magro  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 18 Pasta Napolitana  
Merluza en Salsa Verde  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 25 Menestra de Verduras Rehogada  
Raviolis de Carne en Salsa de Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 5 Garbanzos Encebollados  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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 Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

## Lunes

- 1 Sopa Minestrone  
Pasta Boloñesa de Ternera  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 8 Lentejas con Chorizo  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo

- 22 Arroz con Tomate  
Abadejo en Papillote  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 2 Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 9 Judías Verdes con Tomate  
Pollo al Ajillo  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 16 Arroz con Pollo  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 23 Lentejas Estofadas con Verduras  
Cordon Bleu de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Miércoles

- 3 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata  
Zanahorias Baby  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 10 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 17 Crema de Calabacín  
Albóndigas en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 24 Marmitako de Salmón  
Huevos En Salsa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Jueves

- 4 Crema de Verduras  
Bacalao Rebozado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 11 Patatas Guisadas con Magro  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 18 Pasta Napolitana  
Merluza en Salsa Verde  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 25 Menestra de Verduras Rehogada  
Pasta Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 5 Garbanzos Encebollados  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea

## Lunes

- 1 Sopa Minestrone  
Pasta Boloñesa de Ternera  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 8 Lentejas con Chorizo  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo

- 22 Arroz con Tomate  
Abadejo en Papillote  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 2 Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 9 Judías Verdes con Tomate  
Pollo al Ajillo  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 16 Arroz con Pollo  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 23 Lentejas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Miércoles

- 3 Judías Blancas con Chorizo  
Ragout de Pollo al Ajillo  
Zanahorias Baby  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 10 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 17 Crema de Calabacín.  
Albóndigas en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 24 Marmitako de Salmón  
Huevos En Salsa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Jueves

- 4 Crema de Verduras  
Bacalao Rebozado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 11 Patatas Guisadas con Magro  
Hamburguesa de Ternera al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 18 Pasta Napolitana  
Merluza en Salsa Verde  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 25 Menestra de Verduras Rehogada  
Pasta Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

## Viernes

- 5 Garbanzos Encebollados  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 19 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

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

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea