



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
30	31	1  FESTIVO	2 Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	3 Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta
6 Judías Verdes con Tomate Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	7 Paella Mixta. Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	9 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10 Patatas a la Riojana Bacalao con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
13 Fideuá de Verduras y Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	15 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	16 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo	17  FESTIVO
20 Arroz con Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	21 Crema de Verduras ECO Rottí de Pavo al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	22 Coditos al Gratén Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	23 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	24 Guiso de Verduras ECO con Patatas Boquerones a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Huevo + Fruta
27 Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Arroz Campesina Rabas de Calamar Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	29 Coliflor a la Italiana con Salsa de Tomate Pollo Asado Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	30 Macarrones con Tomate Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + Huevo + Fruta	1

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.