

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**1** Sopa de Coliflor.  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**3** Espaguetis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Estofado de Patatas con Verduras  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**14** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**16** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**22** Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**23** Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**24** Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**28** Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**1** Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**3** Pasta Sin Gluten al Gratén  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**14** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** Pasta Sin Gluten al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**16** Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaina  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**22** Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**23** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**24** Pasta Sin Gluten con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Cebolla Asada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**28** Judías Verdes con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**30** Fideuá de Verduras (pasta S/Gluten S/Huevo)  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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.

## Lunes

**1** Crema de Verduras ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**28** Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

**8** Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**23** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

**3** Espaguettis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**24** Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + 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.

## Lunes

**1** Sopa de Coliflor  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Brócoli Salteado  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**21** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**28** Judías Verdes con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

## Martes

**8** Estofado de Patatas con Verduras  
Salmón al Horno  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Coditos con Tomate  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**22** Arroz con Tomate  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Miércoles

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa  
  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**23** Sopa de Fideos  
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,  
Patata y Zanahoria  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Jueves

**3** Espaguetis con Tomate  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Fideos  
Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera,  
Patata y Zanahoria  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**24** Macarrones con Tomate  
Merluza al Horno  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Viernes

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza al Horno  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado  
**Cena:** Arroz + 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.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**1** Sopa de Coliflor  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**2** Garbanzos a la Catalana  
Sardinas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**3** Espaguettis con Tomate y Queso  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**4** Guisantes a la Sevillana  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**7** Crema de Zanahoria ECO  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**9** Arroz del Señoret  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**11** Guiso de Judías Blancas con Calabaza ECO  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**14** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**15** Coditos al Gratén  
Jurel al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**16** Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**17** Paella de Verduras  
Limanda a la Bilbaína  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**18** Judías Pintas Estofadas  
Lomo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**21** Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**22** Arroz con Tomate  
Empanadillas de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**23** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**24** Macarrones con Atún  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**25** Crema de Verduras ECO  
Hamburguesa de Ternera  
Cebolla Asada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**28** Judías Verdes con Tomate  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**29** Judías Pintas Estofadas  
Pollo Asado  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**30** Fideuá de Verduras ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**31** Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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.