

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

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

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** **Judías Blancas Estofadas con Verduras.**  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
**Limanda al Horno**  
**Pimientos Asados**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** **Crema de Lentejas con Verduras**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** **Crema de Guisantes**  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
**Yogur**  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz Tres Delicias  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** **Crema de Judías Blancas con Verduras**  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** **Crema de Brócoli**  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** **Crema de Lentejas**  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** **Crema de Judías Blancas con Verduras**  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
**Triturado de Frutas**  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
**Yogur**  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

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.