

Lunes

27

6 Judías Verdes Rehogadas
Bacalao al Horno
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Fideuá con Verduras
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Verduras
Bocartes
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla Francesa
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21 Coditos con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28 Menestra de Verduras Salteada
Revuelto de Champiñones
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Caballa en Aceite
Cous Cous
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Rabas de Calamar
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Filete de Sardina al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín con Quesitos
Tortilla de Calabacín
Arroz
Fruta y Pan

29 Lentejas con Arroz
Merluza al Ajillo
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Fideos (Sin Carne)
Garbanzos Estofados con Verduras
Yogur

9 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Garbanzos Estofados con Verduras
Yogur y Pan

16 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Garbanzos Estofados con Verduras
Yogur y Pan

23 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Garbanzos Estofados con Verduras
Natillas Caseras con Galleta

30 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Garbanzos Estofados con Verduras
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Macarrones Gratinados
Jurel en Salsa
Verduritas
Fruta y Pan

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes Rehogadas
Filete de Pollo
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13

Fideuá con Verduras
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27

Arroz con Pollo y Calamares
Bocartes
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla de Pavo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21

Coditos con Tomate
Albóndigas de Ternera con Tomate
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28

Menestra de Verduras Salteada
Pollo al Ajillo
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8

Arroz con Tomate
Rabas de Calamar
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15

Crema de Espárragos Blancos
Contramuslos de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22

Crema de Calabacín con Quesitos
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29

Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdo)
Yogur

9

Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdo)
Yogur y Pan

16

Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Cerdo)
Yogur y Pan

23

Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Cerdo)
Natillas Caseras con Galleta

30

Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdo)
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10

Macarrones Gratinados
Jurel en Salsa
Verduritas
Fruta y Pan

17

Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24

Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes con Jamón
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13

Fideuá de Verduras y Magro
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27

Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla de Pavo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de York
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21

Coditos a la Carbonara
Filete de Ternera
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28

Menestra de Verduras Salteada
Stroganoff de Magro
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8

Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15

Crema de Espárragos Blancos
Sajonia al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22

Crema de Calabacín con Quesitos
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29

Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

16

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

30

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10

Macarrones Gratinados
Jurel en Salsa
Verduras
Fruta y Pan

17

Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24

Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS.
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes con Jamón
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Pasta S/Gluten S/Huevo con Magro y Verduras
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Filete de Pollo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14 Lentejas Estofadas con Verduras
Contramuslos de Pollo al Horno
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21 Pasta S/Gluten S/Huevo Carbonara
Albóndigas con Verduras
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28 Menestra de Verduras Salteada
Stroganoff de Magro
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Sajonia al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín
Muslitos de Pollo
Arroz
Fruta y Pan

29 Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur

9 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan

16 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan

23 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan

30 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan

Viernes

3

Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Pasta S/Gluten S/Huevo Gratinada
Jurel en Salsa
Verduras
Fruta y Pan

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. LÁCTEOS SIN HUEVO.

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes Rehogadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Fideuá de Verduras y Magro
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla Francesa
Lechuga y Zanahoria
Yogur de Soja y Pan

14 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur de Soja y Pan

21 Coditos con Tomate
Filete de Ternera
Ensalada Variada
Yogur de Soja y Pan

28 Menestra de Verduras Salteada
Magro de Cerdo Estofado
Cous Cous
Yogur de Soja y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Contramuslos de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29 Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja

9 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

16 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

23 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

30 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

Viernes

3

Espirales con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Macarrones con Tomate
Jurel en Salsa
Verduras
Fruta y Pan

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes con Jamón
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan S/Gluten

13 Pasta S/Gluten S/Huevo con Magro y Verduras
Rape al Horno
Patata Cocida
Fruta y Pan S/Gluten

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan S/Gluten

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla Francesa
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan S/Gluten

14 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan S/Gluten

21 Pasta S/Gluten S/Huevo Carbonara
Filete de Ternera
Ensalada Variada
Yogur y Pan S/Gluten

28 Menestra de Verduras Salteada
Stroganoff de Magro
Ensalada Variada
Yogur y Pan S/Gluten

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Arroz Pilaf
Fruta y Pan S/Gluten

8 Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan S/Gluten

15 Crema de Espárragos Blancos
Sajonia al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan S/Gluten

22 Crema de Calabacín
Muslitos de Pollo
Arroz
Fruta y Pan S/Gluten

29 Arroz Hortelano
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan S/Gluten

Jueves

2

Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur

9 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan S/Gluten

16 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan S/Gluten

23 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan S/Gluten

30 Sopa de Cocido Fideos S/Gluten S/Huevo
Cocido Completo
Yogur y Pan S/Gluten

Viernes

3

Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Dado
Fruta y Pan S/Gluten

10 Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Jurel al Horno
Verduras
Fruta y Pan S/Gluten

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan S/Gluten

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao al Horno
Arroz
Fruta y Pan S/Gluten

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN.
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes con Jamón
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Fideuá de Verduras y Magro
Pavo al Horno
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo
Tortilla de Espinacas
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla de Pavo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de York
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21 Coditos a la Carbonara
Albóndigas con Verduras
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28 Menestra de Verduras Salteada
Stroganoff de Magro
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Filete de Pollo
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Sajonia al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín con Quesitos
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29 Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur

9 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

16 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

23 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Natillas Caseras con Galleta

30 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Chuleta de Sajonia
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Macarrones Gratinados
Revuelto de Champiñones
Verduras
Fruta y Pan

17 Brócoli Salteado
Tortilla de Patata
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Tortilla Francesa
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes con Jamón
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13

Fideuá de Verduras y Magro
Pavo al Horno
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27

Arroz con Pollo
Tortilla de Espinacas
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla de Pavo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de York
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21

Coditos a la Carbonara
Albóndigas con Verduras
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28

Menestra de Verduras Salteada
Stroganoff de Magro
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8

Arroz con Tomate
Filete de Pollo
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15

Crema de Espárragos Blancos
Sajonia al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22

Crema de Calabacín con Quesitos
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29

Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur

9

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

16

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

23

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Natillas Caseras con Galleta

30

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Chuleta de Sajonia
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10

Macarrones Gratinados
Revuelto de Champiñones
Verduras
Fruta y Pan

17

Brócoli Salteado
Tortilla de Patata
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24

Patatas Guisadas con Verduras
Tortilla Francesa
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Crema de Brócoli
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Fideuá de Verduras y Magro
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Puré de Calabaza
Tortilla de Pavo
Lechuga y Zanahoria
Yogur y Pan

14 Arroz Campesina
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur y Pan

21 Coditos con Tomate
Filete de Ternera
Ensalada Variada
Yogur y Pan

28 Coliflor Rehogada
Stroganoff de Magro
Cous Cous
Yogur y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Arroz Pilaf
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Caballa al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Contramuslos de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín con Quesitos
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29 Crema de Zanahoria
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Fideos
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada Variada
Yogur

9 Sopa de Fideos
Ternera al Horno
Ensalada Variada
Yogur y Pan

16 Sopa de Fideos
Ternera Asada
Ensalada Variada
Yogur y Pan

23 Sopa de Fideos
Ternera al Horno
Ensalada Variada
Yogur y Pan

30 Sopa de Fideos
Ternera al Horno
Ensalada
Yogur y Pan

Viernes

3

Espirales Tricolor con Salsa de Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Macarrones Gratinados
Jurel en Salsa
Verduritas
Fruta y Pan

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

27

6 Judías Verdes Rehogadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta y Pan

13 Fideuá de Verduras y Magro
Rape a la Marinera
Patata Cocida
Fruta y Pan

20



FESTIVO

27 Arroz con Pollo y Calamares
Filete de Sardina al Horno
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

Martes

28

7 Alubias Blancas Guisadas con Calabaza y Patatas
Tortilla Francesa
Lechuga y Zanahoria
Yogur de Soja y Pan

14 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Lechuga y Tomate
Yogur de Soja y Pan

21 Coditos con Tomate
Filete de Ternera
Ensalada Variada
Yogur de Soja y Pan

28 Menestra de Verduras Salteada
Magro de Cerdo Estofado
Cous Cous
Yogur de Soja y Pan

Miércoles

1

Crema de Calabaza y Zanahoria
Ragout de Ternera
Cous Cous
Fruta y Pan

8 Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Lechuga y Tomate
Fruta y Pan

15 Crema de Espárragos Blancos
Contramuslos de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Fruta y Pan

22 Crema de Calabacín
Muslitos de Pollo en Pepitoria
Arroz
Fruta y Pan

29 Lentejas con Arroz
Salchichas Frescas al Horno
Ensalada
Fruta y Pan

Jueves

2

Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja

9 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

16 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

23 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

30 Sopa de Fideos (Sin Carne)
Cocido (Sin Chorizo)
Yogur de Soja y Pan

Viernes

3

Espirales con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Zanahoria Dado
Fruta y Pan

10 Macarrones con Tomate
Jurel en Salsa
Verduras
Fruta y Pan

17 Potaje de Vigilia
Merluza al Horno
Ensalada Variada
Fruta y Pan

24 Patatas Guisadas con Verduras
Bacalao con Tomate
Arroz
Fruta y Pan

31



FESTIVO

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ