



| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | |
|--|---|---|--|--|--|--|--|--|--|
| 1 | | 2 | | 3 | Arroz con tomate San Jacobo con lechuga y maíz | 4 | Alubias blancas con chorizo Tortilla de atún con lechuga y tomate | 5 | Fideuá de verduras y pollo Filete de merluza al horno con patatas al vapor |
| FESTIVO | | FESTIVO | | Fruta y pan | | Fruta y pan | | Fruta y pan | |
| | | | | Kcal: 792 Lip: 25,05 Prot: 16,74 HC: 127 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | | Kcal: 755 Lip: 33,62 Prot: 34,01 HC: 82 Cena: Verdura + Carne + Fruta | | Kcal: 693 Lip: 18,25 Prot: 29,46 HC: 103 Cena: Legumbre + Carne + Lácteo | |
| 8 | Arroz alicantina, judía verde, calamar y Rabas de calamar con lechuga y zanahoria | 9 | Sopa de cocido Cocido completo con repollo | 10 | Panaché de verduras con ajo y pavo Magro de cerdo al horno y salsa de miel con puré de patata | 11 | Judías pintas con arroz Tortilla de pavo con lechuga y maíz | 12 | Macarrones gratinados Caballa al horno con ensalada |
| Fruta y pan | | Yogur y pan | | Fruta y pan | | Natillas caseras con galleta | | Fruta y pan | |
| Kcal: 793 Lip: 29,44 Prot: 26,29 HC: 109 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo | | Kcal: 860 Lip: 39,61 Prot: 39,23 HC: 89,04 Cena: Verdura + Pescado + Fruta | | Kcal: 801 Lip: 32,35 Prot: 38,67 HC: 88 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo | | Kcal: 966 Lip: 45,92 Prot: 38,23 HC: 106 Cena: Patata + Carne + Fruta | | Kcal: 819 Lip: 29,73 Prot: 39,25 HC: 97,80 Cena: Verdura + Carne + Lácteo | |
| 15 | | 16 | Lenteias guisadas con setas y verduras Filete de gallo con tomate y arroz | 17 | Risotto de champiñones Albóndigas mixtas en salsa con patatas dado | 18 | Crema de calabacín y manzana con picatostes Escalope de pollo con lechuga y zanahoria | 19 | Ensalada de pasta tricolor con atún Chuleta de sajonia con lechuga y tomate |
| FESTIVO | | Yogur y pan | | Fruta y pan | | Helado y pan | | Fruta y pan | |
| | | Kcal: 736 Lip: 21,42 Prot: 40,91 HC: 98,30 Cena: Verdura + Huevo + Fruta | | Kcal: 907 Lip: 39 Prot: 27,02 HC: 116 Cena: Patata + Pescado + Lácteo | | Kcal: 688 Lip: 27,94 Prot: 33,26 HC: 76,50 Cena: Verdura + Huevo + Fruta | | Kcal: 733 Lip: 24,72 Prot: 35,57 HC: 93,53 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | |
| 22 | Judías verdes con jamón Hamburguesas mixtas con patatas fritas | 23 | Arroz tres delicias Rape a la andaluza con lechuga y zanahoria | 24 | Sopa de cocido Cocido completo con repollo | 25 | Coditos con tomate Tortilla de patata con lechuga y maíz | 26 | Ensalada campera Pollo al curry con patatas al horno |
| Fruta y pan | | Yogur y pan | | Fruta y pan | | Fruta y pan | | Yogur y pan | |
| Kcal: 600 Lip: 23,20 Prot: 20,71 HC: 75,99 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo | | Kcal: 779 Lip: 26,27 Prot: 37,17 HC: 102,84 Cena: Verdura + Carne + Fruta | | Kcal: 829 Lip: 33,23 Prot: 35,31 HC: 99,90 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | | Kcal: 769 Lip: 29,10 Prot: 21,99 HC: 106,33 Cena: Patata + Carne + Lácteo | | Kcal: 669 Lip: 25,97 Prot: 40,43 HC: 70,99 Cena: Arroz + Huevo + Fruta | |
| 29 | Potaie de lentejas con calabaza Huevos villarroy con lechuga y maíz | 30 | Paella mixta Lomo de cerdo con lechuga y tomate | 31 | Fusilli Napoletani Pizza Prosciutto e Formaggio Tiramisú | | | | |
| Fruta y pan | | Fruta y pan | | Yogur y pan | | | | | |
| Kcal: 716 Lip: 23,36 Prot: 25,34 HC: 105 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | | Kcal: 717 Lip: 19,66 Prot: 39,50 HC: 99,38 Cena: Verdura + Huevo + Fruta | | Kcal: 952 Lip: 30,96 Prot: 35,27 HC: 135 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | | | | | |

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