

Lunes-Monday

1 Coliflor con Bechamel
Cauliflower au Gratin
Tortilla de Patata
Potato Omelette
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan
Glass of Milk and Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Empanadillas de Atún
Tuna Dumplings
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce

Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinaigreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken
Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

9 Paella de Marisco
Seafood Paella

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

16 Espaguetis INTEGRALES al Wok
Sautéed Whole Wheat Pasta with Soy Sauce

Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias
Three Delights Rice
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

10 Ensalada de Pasta
Pasta Salad

Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan
Fruit and Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas

Coca de Verduras Casera (con Pan)
Homemade Vegetable Coca

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido
Meat Soup
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables
Rapollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta y Pan
Fruit and Bread

11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

18 Ensaladilla Rusa
Potato Mixed Salad

Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce

Rodajitas de Calabacín Rebozado
Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Arroz y Frijoles
Veggie Burrito with Rice and Beans
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan
Yogurt and Bread

19 Ensalada Mixta
Mixed Salad

Hamburguesa de Ternera con Queso y Ketchup (sin Pan)
Veal Burger with Cheese and Ketchup
Patatas Chips
Chips
Helado de Nata-Fresa y Pan
Strawberry Cream Ice-Cream and Bread



Lunes-Monday

1 Coliflor Rehogada
Sautéed Cauliflower
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan S/Gluten
Glass of Milk and Gluten-Free Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes
Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce
Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

9 Paella de Marisco
Seafood Paella
Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

16 Pasta S/Gluten S/Huevo con Verduras
Gluten/Egg-Free Pasta with Vegetables
Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias
Three Delights Rice
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

10 Ensalada de Pasta S/Gluten S/Huevo
Gluten-Egg Free Pasta Salad
Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas
Coca de Verduras Casera (sin Gluten)
Homemade Gluten-Free Vegetable Coca
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit



Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Meat Soup with Gluten Free Noodles
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables

Repollo con Ajo Rehogado
Cabbage
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

11 Gazpacho Andaluz (Sin Pan)
Gazpacho (Without Bread)
Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

18 Ensaladilla Rusa
Potato Mixed Salad
Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce
Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)
Homemade Fried Zucchini
Fruta y Pan S/Gluten
Fruit and Gluten-Free Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Tacos de Maíz con Verduras, Arroz y Frijoles
Gluten-Free Tacos with Rice and Vegetables (without Soy)

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Patatas Estofadas con Verduras
Stewed Potatoes with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan S/Gluten
Yogurt and Gluten-Free Bread



19 Ensalada Mixta
Mixed Salad
Salchichas de Pavo con Tomate
Turkey Sausages with Tomato Sauce
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa y Pan S/Gluten
Strawberry Cream Ice-Cream and Gluten Free Bread

Lunes-Monday

1 Coliflor con Bechamel
Cauliflower au Gratin
Cinta de Lomo a la Plancha Loin
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan
Glass of Milk and Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce
Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken
Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

9 Paella de Marisco
Seafood Paella

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

16 Pasta S/Gluten S/Huevo con Verduras
Gluten/Egg-Free Pasta with Vegetables
Filete de Pollo
Chicken Breast

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias (sin Huevo)
Three Delights Rice (Without Egg)
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

10 Ensalada de Pasta S/Gluten S/Huevo (Sin Huevo)
Gluten-Egg Free Pasta Salad Without Egg
Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas
Coca de Verduras Casera (con Pan)
Homemade Vegetable Coca

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Meat Soup with Gluten Free Noodles
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables
Repollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta y Pan
Fruit and Bread

11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo Asado en su Jugo
Baked Chicken
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

18 Ensalada Campera (Sin Huevo)
Potato Salad (Without Egg)
Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce

Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)

Homemade Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Soja Texturizada
Veggie Burrito with Soy
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Lomo de Sajonia
Saxony Pork
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan Integral
Yogurt and Whole Wheat Bread

19 Ensalada Mixta (sin Huevo)
Mixed Salad (without Egg)
Hamburguesa de Ternera con Tomate y Queso (Sin Pan)
Veal Burger with Tomato Sauce and Cheese (without Bread)
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa y Pan Integral
Strawberry Cream Ice-Cream and Whole Wheat Bread



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 RESPETO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes-Monday

1 Coliflor Rehogada
Sautéed Cauliflower
Tortilla de Patata
Potato Omelette
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Yogur de Soja y Pan
Soy Yogurt and Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce

Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken
Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

9 Paella de Marisco
Seafood Paella

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

16 Espaguetis INTEGRALES al Wok
Sautéed Whole Wheat Pasta with Soy Sauce

Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias
Three Delights Rice
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

10 Ensalada de Pasta
Pasta Salad

Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas

Coca de Verduras Casera (con Pan, sin Queso)
Homemade Vegetable Coca (without Cheese)

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido
Meat Soup
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables
Repollo con Ajo Rehogado
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

18 Ensaladilla Rusa
Potato Mixed Salad

Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce

Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)
Homemade Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Soja Texturizada
Veggie Burrito with Soy
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit



12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín
Scrambled Eggs with Zucchini
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur de Soja y Pan Integral
Soy Yogurt and Whole Wheat Bread

19 Ensalada Mixta
Mixed Salad

Hamburguesa de Ternera con Tomate
Veal Burger with Tomato Sauce

Patatas Chips
Chips

Yogur de Soja y Pan Integral
Soy Yogurt and Whole Wheat Bread

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 RESPETO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes-Monday

1 Coliflor con Bechamel
Cauliflower au Gratin
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan
Glass of Milk and Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Salchichas de Pavo al Horno
Turkey Sausages
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce

Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

9 Paella con Verduras de la Huerta
Rice with Vegetables

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

16 Espaguetis INTEGRALES al Wok
Sautéed Whole Wheat Pasta with Soy Sauce

Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias
Three Delights Rice
Cinta de Lomo Enharinada (Harina de Maíz)
Floured Pork
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

10 Ensalada de Pasta
Pasta Salad

Tortilla de Patata
Potato Omelette
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas

Coca de Verduras Casera
Homemade Vegetable Coca

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido
Meat Soup
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables

Repollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta y Pan
Fruit and Bread

11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

18 Ensaladilla Rusa
Potato Mixed Salad

Pollo al Horno
Baked Chicken

Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)
Homemade Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Soja Texturizada
Veggie Burrito with Soy

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan Integral
Yogurt and Whole Wheat Bread

19 Ensalada Mixta
Mixed Salad

Hamburguesa de Ternera Completa con Queso y Pan
Veal Burger with Cheese
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa
Strawberry Cream Ice-Cream



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-Monday

1 Coliflor con Bechamel
Cauliflower au Gratin
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan
Glass of Milk and Bread

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Salchichas de Pavo al Horno
Turkey Sausages
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce

Cinta de Lomo a la Plancha
Loin

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

9 Paella con Verduras de la Huerta
Rice with Vegetables

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

16 Espaguetis INTEGRALES al Wok
Sautéed Whole Wheat Pasta with Soy Sauce

Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias
Three Delights Rice
Cinta de Lomo Enharinada (Harina de Maíz)
Floured Pork
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

10 Ensalada de Pasta (Sin Atún)
Pasta Salad

Tortilla de Patata
Potato Omelette
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas

Coca de Verduras Casera
Homemade Vegetable Coca

Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa de Cocido
Meat Soup
Cocido Completo
Chickpeas with Meat and Vegetables

Repollo con Ajo Rehogado
Cabbage
Fruta y Pan
Fruit and Bread

11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread

18 Ensaladilla Rusa (Sin Atún)
Potato Mixed Salad (without Tuna)

Pollo al Horno
Baked Chicken

Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)

Homemade Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Soja Texturizada
Veggie Burrito with Soy

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan Integral
Yogurt and Whole Wheat Bread

19 Ensalada Mixta (sin Atún)
Mixed Salad (without Tuna)

Hamburguesa de Ternera Completa con Queso y Pan
Veal Burger with Cheese
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa
Strawberry Cream Ice-Cream



Lunes-Monday

- 1 Coliflor con Bechamel
Cauliflower au Gratin
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche y Pan
Glass of Milk and Bread
- 8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread
- 15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce
Lomitos de Caballa en Aceite
Mackerel in Oil

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread

Martes-Tuesday

- 2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread
- 9 Paella de Marisco
Seafood Paella

Filete de Pollo
Chicken Breast
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread
- 16 Espaguetis INTEGRALES con Verduras
Whole Wheat Spaguetis with Vegetables
Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Miercoles-Wednesday

- 3 Arroz Tres Delicias (sin Jamón York)
Three Delights Rice (Without Ham)
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread
- 10 Ensalada de Pasta
Pasta Salad

Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta y Pan Integral
Fruit and Whole Wheat Bread
- 17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas
Coca de Verduras Casera
Homemade Vegetable Coca

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

- 4 Sopa de Fideos
Noodle Soup
Cocido (Sin Cerdo)
Chickpeas with Meat and Vegetables (without Pork)
Repollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta y Pan
Fruit and Bread
- 11 Gazpacho Andaluz
Gazpacho

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta y Pan
Fruit and Bread
- 18 Ensaladilla Rusa
Potato Mixed Salad
Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce

Rodajitas de Calabacín Rebozado
Fried Zucchini
Fruta y Pan
Fruit and Bread

Viernes-Friday

- 5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Burritos Vegetales con Soja Texturizada
Veggie Burrito with Soy

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit
- 12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur y Pan Integral
Yogurt and Whole Wheat Bread
- 19 Ensalada Mixta
Mixed Salad
Hamburguesa de Ternera Completa con Queso y Pan
Veal Burger with Cheese
Patatas Chips
Chips
Helado de Nata-Fresa
Strawberry Cream Ice-Cream



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-Monday

1 Coliflor Rehogada
Sautéed Cauliflower
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche
Glass of Milk

8 Judías Verdes con Patatas
Green Beans with Potatoes

Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce
Merluza al Horno con Perejil Fresco
Baked Hake with Fresh Parsley
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Martes-Tuesday

2 Alubias a la Vinagreta
Beans in Vinaigrette Sauce
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta
Fruit

9 Paella de Marisco
Seafood Paella

Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

16 Arroz con Verduras
Rice with Vegetables
Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Miercoles-Wednesday

3 Arroz Tres Delicias (sin Jamón York)
Three Delights Rice (Without Ham)
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

10 Ensalada de Patata
Potato Salad

Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Vegetables
Fruta
Fruit

17 Garbanzos a la Jardinera
Stewed Chickpeas
Quinoa con Verduras
Quinoa with Vegetables
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa Juliana de Verduras
Vegetables Soup
Cocido (Sin Chorizo)
Chickpeas with Meat and Vegetables (without Chorizo)
Repollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta
Fruit

11 Gazpacho Andaluz (Sin Pan)
Gazpacho (Without Bread)

Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta
Fruit

18 Ensaladilla Rusa (Sin Mayonesa)
Potato Mixed Salad (without Mayonnaise)
Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce
Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)
Homemade Fried Zucchini

Fruta
Fruit

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Bowl Vegetal con Arroz y Frijoles
Rice with Vegetables and Beans

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Lentejas Guisadas con Verduras de Temporada
Stewed Lentils with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur
Yogurt

19 Ensalada Mixta
Mixed Salad
Salchichas de Pavo con Tomate
Turkey Sausages with Tomato Sauce
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa
Strawberry Cream Ice-Cream



mediterránea

NO PAN NI HARINA DE TRIGO. SE UTILIZARÁ HARINA DE MAÍZ EN LA ELABORACIÓN DE LOS PLATOS.
FRUTA VARIADA y de TEMPORADA
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria)

Lunes-Monday

1 Coliflor Rehogada
Sautéed Cauliflower
Tortilla de Patata
Potato Omelette

Tomate Asado a la Provenzal con AOVE
Baked Tomato with AOVE and Spices
Vaso de Leche
Glass of Milk

8 Brócoli con Patatas
Sautéed Broccoli with Potatoes
Merluza a la Andaluza
Floured Hake
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

15 Arroz con Tomate Casero
Rice with Homemade Tomato Sauce

Merluza al Horno con Perejil Fresco
Baked Hake with Fresh Parsley
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Martes-Tuesday

2 Ensalada de Patata
Potato Salad
Pollo al Horno
Baked Chicken

Patata Horno
Roasted Potatoes
Fruta
Fruit

9 Paella de Marisco
Seafood Paella
Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin
Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

16 Arroz con Verduras
Rice with Vegetables

Tortilla Francesa con Champiñones
Homemade Omelette with Mushrooms
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Miercoles-Wednesday

3 Arroz con Zanahoria
Rice with Carrot
Fogonero a la Andaluza
Floured Fish

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

10 Ensalada de Patata
Potato Salad
Merluza en Salsa Verde
Hake with Green Sauce
Verduras
Mixed Salad
Fruta
Fruit

17 Quinoa con Verduras
Quinoa with Vegetables

Filete de Pollo
Chicken Breast
Ensalada Variada
Mixed Salad

Fruta
Fruit

Jueves-Thursday

4 Sopa Juliana de Verduras
Vegetables Soup
Pollo y Ternera con Patata y Zanahoria
Cocidos
Meat with Boiled Carrot and Potatoes
Repollo con Ajo Rehogado
Cabagge
Fruta
Fruit

11 Gazpacho Andaluz (Sin Pan)
Gazpacho (Without Bread)
Pollo en Pepitoria
Chicken in Pepitoria
Patata Panadera
Baked Potatoes
Fruta
Fruit

18 Ensaladilla Rusa (Sin Guisantes ni Mayonesa)
Potato Mixed Salad (without Green peas and Mayonnaise)
Merluza con Tomate Casero
Hake with Tomato Sauce
Calabacín Enharinado Casero (Harina de Maíz)
Homemade Fried Zucchini
Fruta
Fruit

Viernes-Friday

5 Crema de Calabacín ECOLÓGICA
Organic Zucchini Cream
Cinta de Lomo al Horno
Baked Loin

Ensalada Variada
Mixed Salad
Fruta
Fruit

12 Patatas Estofadas con Verduras
Stewed Potatoes with Vegetables
Revuelto de Calabacín y Queso
Scrambled Eggs with Zucchini and Cheese
Ensalada Variada
Mixed Salad
Yogur
Yogurt

19 Ensalada Mixta
Mixed Salad

Salchichas de Pavo con Tomate
Turkey Sausages with Tomato Sauce
Patatas Chips
Chips

Helado de Nata-Fresa
Strawberry Cream Ice-Cream