

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo) Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Carne + Fruta
10 Arroz Murciano Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Picadillo (Pasta sin Gluten Sin Huevo) Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	12 Judías Verdes Rehogadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	13 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14 Pasta Boloñesa (Pasta Sin Gluten Sin Huevo) Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	20 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Paninis Caseros (Pan, Queso, York) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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
3 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
10 Arroz Murciano Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Picadillo Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	12 Judías Verdes Rehogadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Macarrones Boloñesa Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Espaguetis con Tomate Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	20 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Macarrones Napolitana Paninis Caseros (Pan, Queso, York) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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
3 Crema de Zanahoria ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Pasta al Gratén (Pasta sin Gluten sin Huevo) Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín) Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
10 Arroz Murciano Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Picadillo (Pasta sin Gluten Sin Huevo) Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	12 Judías Verdes Rehogadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	13 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Pasta Boloñesa (Pasta Sin Gluten Sin Huevo) Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza (Harina sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	19 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	20 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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

- 3** Crema de Zanahoria ECO
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Martes

- 4** Coditos al Gratén
Salchichas de Pavo al Horno
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Judías Pintas Estofadas
 Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Champiñón Rehogado
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo

Jueves

- 6** **Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)**
 Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

- 7** Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 10** Arroz Murciano
 Tortilla Francesa con Queso
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11** Sopa de Picadillo
 Ragout de Ternera Estofada
 Patatas Dado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 12** Judías Verdes Rehogadas
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

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

- 14** Macarrones Boloñesa
Cinta de Lomo Adobada al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 17** Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobada al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 18** Lentejas Estofadas con Verduras
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo

- 19** Espaguetis con Tomate
 Pollo Asado
 Champiñón Rehogado
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 20** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 21** Macarrones Napolitana
 Paninis Caseros (Pan, Queso, York)
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Huevo + 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
3 Crema de Zanahoria ECO Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Coditos al Gratén Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Paella de Verduras y Marisco Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
10 Arroz Murciano Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Picadillo Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	12 Judías Verdes Rehogadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Macarrones Boloñesa Medallón de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Espaguetis con Tomate Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	20 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Macarrones Napolitana Paninis Caseros (Pan, Queso, York) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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
3 Crema de Zanahoria ECO Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Pintas Estofadas Cinta de Lomo Adobado al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	6 Paella de Verduras y Marisco Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
10 Arroz Murciano Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Sopa de Picadillo Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	12 Judías Verdes Rehogadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Macarrones Boloñesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Espaguetis con Tomate Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	20 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Macarrones Napolitana Paninis Caseros (Pan, Queso, York) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + 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.