

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