

Lunes

3



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Guisantes a la Sevillana
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Jueves

6

Espirales con Tomate
Caballa en Aceite
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

Viernes

7

Crema de Zanahoria ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

10 Judías Verdes con Tomate
Abadejo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

11 Estofado de Patatas con Verduras
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

12 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 Crema de Calabacín ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

18 Coditos con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

20 Paella de Verduras
Abadejo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

24 Arroz con Tomate
Sardinas a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

26 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Verduras ECO
Salmón al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

28 Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

31 Crema de Coliflor
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

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.