

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Medallón de Salmón y Calabaza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 Macarrones a la Mallorquina
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Arroz Tres Delicias
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 **Macarrones con Tomate**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 **Coditos con Tomate**
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Medallón de Salmón y Calabaza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 **Lentejas Estofadas con Verduras.**
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 **Macarrones con Tomate**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Filete de Pollo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO.
Espirales con Tomate.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Medallón de Salmón y Calabaza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Fruta

6 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas.
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 Macarrones con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

11 Crema de Verduras ECO.
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

13 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

18 Brócoli Salteado
Tortilla Francesa.
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras.
Limanda al Horno
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Judías Blancas con Choco.
Arroz Pilaf
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Pasta Sin Huevo Boloñesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
 Champiñón Rehogado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Lentejas con Chorizo
Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
 Pollo Asado
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 **Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina**
Limanda al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
 Merluza al Horno
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
 Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Patatas Dado
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 **Pasta Sin Huevo con Tomate**
 Limanda en Salsa
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)**
 Cocido Completo con Verduras
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
 Caballa en Aceite
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
 Albóndigas de Ternera en Salsa
 Guisantes Rehogados
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

19 Paella de Verduras
 Lacón a la Gallega
 Patatas Panadera
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Limanda al Horno
 Ensalada Tricolor
 Pan Integral y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
 Pollo Asado
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 **Pasta Sin Huevo al Gratén**
 Merluza a la Bilbaína
 Pimiento Asado en Guiso
 Pan y Agua
 Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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
				1 Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo
4 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Arroz con Tomate Limanda al Horno Champiñón Rehogado Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	6 Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	7 Guiso de Verduras ECO con Patatas Pollo Asado Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	8 Brócoli Salteado Merluza al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Ave + Fruta
11 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	12 Estofado de Patatas con Verduras Limanda en Salsa Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	13 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	14 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	15 Crema de Calabacín ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta
18 Brócoli Salteado Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	19 Paella de Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa con Atún Ensalada Tricolor Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	21 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Arroz con Tomate Merluza a la Billbaína Pimiento Asado en Guiso Fruta de Temporada y Postre Especial Cena: Verdura + Ave + Fruta
25  FESTIVO	26  FESTIVO	27  FESTIVO	28  FESTIVO	29  FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 **Macarrones con Tomate**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 **Coditos con Tomate**
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Pasta Sin Gluten Boloñesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
 Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 **Crema de Verduras ECO**
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
 Pollo Asado
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 **Pasta Sin Gluten con Tomate**
 Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO
 Cinta de Lomo Adobado al Horno
 Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 **Pasta Sin Gluten con Tomate**
 Limanda en Salsa
 Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**
 Tortilla de Patata con Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)**
 Cocido Completo con Verduras
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
 Caballa en Aceite
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
 Albóndigas de Ternera en Salsa
 Guisantes Rehogados
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
 Lacón a la Gallega
 Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 **Estofado de Patatas con Verduras**
 Tortilla Francesa con Atún
 Ensalada Tricolor
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
 Pollo Asado
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 **Pasta Sin Gluten con Tomate**
 Merluza a la Bilbaína
 Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
 Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 Macarrones a la Mallorquina
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Macarrones con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Arroz Tres Delicias
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

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

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 **Judías Blancas Estofadas con Verduras**
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

22 Coditos al Gratén
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

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.

Menú Toledo in situ Marzo 2024

Sin Legumbre (sí Garbanzo, Lenteja, Guisante) ni Marisco - - Colegio Jose

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>4 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>5 Arroz con Tomate Limanda al Horno Champiñón Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>6 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>7 Guiso de Verduras ECO con Patatas Pollo Asado Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>1 Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>
<p>11 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Estofado de Patatas con Verduras Limanda en Salsa Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>13 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>14 Sopa Minestrone: Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>8 Guisantes Rehogados Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>
<p>18 Brócoli Salteado Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Paella de Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>20 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Atún Ensalada Tricolor</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>21 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>15 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta</p>
<p>25</p> <p> FESTIVO</p>	<p>26</p> <p> FESTIVO</p>	<p>27</p> <p> FESTIVO</p>	<p>28</p> <p> FESTIVO</p>	<p>29</p> <p> FESTIVO</p>

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.