

*Sin Carne - . - Colegio Jose Ramón Villa (Mora)*



**FESTIVO**

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> Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>10</b> <b>Crema de Verduras ECO</b> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>12</b> Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>13</b> Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>14</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>17</b> <b>Estofado de Patatas con Verduras</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	<b>19</b> Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>24</b> Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>27</b> Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>28</b> <b>Estofado de Patatas con Verduras</b> Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + 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> Coliflor a la Gallega <b>Pasta Sin Gluten Boloñesa</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)</b> Cocido Completo  <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>10</b> <b>Crema de Verduras ECO</b> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>12</b> Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>13</b> <b>Pasta Sin Gluten al Gratén</b> <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>14</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>17</b> <b>Estofado de Patatas con Verduras</b> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	<b>19</b> Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)</b> Cocido Completo  <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Guiso de Menestra <b>Pasta Sin Gluten con Atún</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>24</b> <b>Pasta Sin Gluten con Tomate</b> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>27</b> Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>28</b> Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE <b>Pan Sin Gluten y Agua</b> Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + 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> Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>10</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>12</b> Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>13</b> Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>14</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>17</b> Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>18</b> Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	<b>19</b> Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Sopa de Cocido Cocido Completo  Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
<b>24</b> Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>27</b> Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>28</b> Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta <b>Cena:</b> Arroz + Ave + 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.