

Lunes

- 18** Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate
Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo, Tomate Triturado, Tomate Frito
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
- 25** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 2** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
- Macarrones con Tomate y Queso
Macarrones, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9** Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
- Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta



FESTIVO

Martes

- 19** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo Ac.oli.
- Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 26** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco
- Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cinta de Lomo Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada
- Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Tomillo
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 3** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Poton, Zanahoria Dado Eco, Agua
- Pan Blanco Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
- Cena:** Verdura + Pescado + Fruta
- 10** Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Tomate Frito Eco, Puerro Rodaja
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

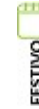
- 20** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito, Pollo Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Pan Blanco Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
- Cena:** Verdura + Pescado + Fruta
- 27** Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce
- Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Pan Blanco Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
- Cena:** Pasta + Huevo + Fruta
- 4** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo Ac.oli.
- Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 11** Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce
- Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Pan Blanco Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
- Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

- 21** Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera 80g 90% S/Glut, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo
- Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta
- 28** Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
- Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
- Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 5** Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
- Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
- 12** Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
- Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

- 22** Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco
- Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Cena:** Pasta + Carne + Lácteo o Fruta
- 29** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
- Salmón al Horno en Salsa Salmon, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Menestra al Vapor (guarnición) Menestra, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 6** Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano, Tomillo
- Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan Blanco Pan
- Fruta de Temporada
- Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 13** Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
- Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Bagre Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagre Vino Blanco
- Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta



FESTIVO

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra, salvo excepciones. Fruta de Temporada: Manzana, Naranja, Pera, Plátano y Mandarina.

Lunes

18 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Aroz con Tomate y Huevo duro Arroz Vaporizado, Huevo Duro, Tomate Triturado, Tomate Frito

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

25 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

2 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

19 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo A.coli.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

26 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Choco en Salsa Poton, Cebolla Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Tomillo
Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

3 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Poton, Zanahoria Dado Eco, Agua

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

10 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Estofado de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Merluza Embutido Rodaja, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

20 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lacticos con Tomate y Berenjena Farfalle, Tomate Frito, Berenjena Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

4 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo A.coli.

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatzel, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

11 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce

Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

21 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo A.coli.

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

5 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno con Tomate Merluza Mincead, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

12 Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo A.coli.

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

22 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Lácteo o Fruta

29 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Menestra, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

6 Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

FESTIVO

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano, Tomillo

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

13 Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Bagre Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagre Vino Blanco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

18 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate
Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo, Tomate Triturado, Tomate Frito

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

25 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

2 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Tomate Triturado, Queso Rallado

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

19 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo Ac.oli.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

26 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno cinta de Lomo Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Tomillo

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

3 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Poton, Zanahoria Dado Eco, Agua

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

10 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Tomate Frito Eco, Puerro Rodaja

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

20 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Macarrones Sin Gluten Boloñesa Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Pollo Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

4 Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebo Ac.oli.

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

11 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce

Patatas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Jueves

21 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Sin Comino Hamburguesa Ternera 90% 90% S/Glut, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Espaguetis Sin Gluten con Tomate y Orégano Espagueti S/gluten, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

5 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

12 Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

22 Guiso de Patatas y Verduras IS Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Lácteo o Fruta

29 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

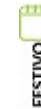
Salmón al Horno en Salsa Salmon, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Menestra, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

6 Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco



Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Orégano, Tomillo

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

13 Espaguetis Sin Gluten con Tomate Espagueti S/gluten, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Bagre Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagre Vino Blanco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta