

Lunes

28 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Macarrones con Tomate y Queso
Macarrones, Tomate Frito Eco Bib, Queso Rallado Mix, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 649 **Lip:** 17,25 **Prot:** 16,49 **HC:** 107,37 **AGS:** 3,83 **Azu:** 30,31 **Sal:** 1,94

Cena: Ensalada + Carne + Fruta o Lácteo

5 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco Cong

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 592 **Lip:** 18,01 **Prot:** 12,47 **HC:** 94,75 **AGS:** 4,18 **Azu:** 5,05 **Sal:** 2,04

Cena: Patata + Carne + Fruta o Lácteo

12 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Picado Eco Cong

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete Integral

Fruta de Temporada

Kcal: 662 **Lip:** 23,16 **Prot:** 24,12 **HC:** 88,60 **AGS:** 3,76 **Azu:** 3,36 **Sal:** 1,62

Cena: Patata + Carne + Fruta o Lácteo

19 Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Tomate Triturado, Queso Rallado Mix

Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 650 **Lip:** 24,72 **Prot:** 32,35 **HC:** 73,97 **AGS:** 4,76 **Azu:** 4,27 **Sal:** 1,90

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Martes

29 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

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

Pan Blanco Banquete

Yogur Natural Azucarado Yogur Natural Azucarado

Kcal: 585 **Lip:** 17,24 **Prot:** 23,66 **HC:** 84,18 **AGS:** 3,83 **Azu:** 16,82 **Sal:** 1,38

Cena: Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

6 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado Cong, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja Eco

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 611 **Lip:** 15,45 **Prot:** 25,13 **HC:** 95,20 **AGS:** 3,09 **Azu:** 29,38 **Sal:** 1,16

Cena: Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

13 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 696 **Lip:** 15,60 **Prot:** 22,17 **HC:** 116,10 **AGS:** 2,51 **Azu:** 31,68 **Sal:** 1,51

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

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

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Picado Eco Cong

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Agrio Limon, Perejil

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 498 **Lip:** 21,90 **Prot:** 19,58 **HC:** 58,52 **AGS:** 3,70 **Azu:** 4,60 **Sal:** 1,25

Cena: Arroz + Pescado + Fruta o Lácteo

Miércoles

30 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 761 **Lip:** 30,15 **Prot:** 26,56 **HC:** 96,69 **AGS:** 5,06 **Azu:** 25,62 **Sal:** 2,19

Cena: Pasta + Huevo + Fruta o Lácteo

7 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pan Blanco Banquete

Yogur Natural Azucarado Yogur Natural Azucarado

Kcal: 650 **Lip:** 21,57 **Prot:** 28,48 **HC:** 82,28 **AGS:** 5,06 **Azu:** 20,47 **Sal:** 1,29

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

14 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuso S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Banquete

Yogur Natural Azucarado Yogur Natural Azucarado

Kcal: 712 **Lip:** 24,75 **Prot:** 29,85 **HC:** 90,90 **AGS:** 4,45 **Azu:** 23,79 **Sal:** 1,21

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Banquete

Yogur Natural Azucarado Yogur Natural Azucarado

Kcal: 667 **Lip:** 25,11 **Prot:** 26,46 **HC:** 84,70 **AGS:** 5,49 **Azu:** 18,29 **Sal:** 1,29

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Jueves

1 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco



Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco Bib, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Integral
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta o Lácteo

8 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 696 **Lip:** 26,11 **Prot:** 32,25 **HC:** 86,11 **AGS:** 3,92 **Azu:** 25,90 **Sal:** 1,39

Cena: Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

15 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Hamburguesa Ternera 90% S/glu, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 502 **Lip:** 22,50 **Prot:** 23,12 **HC:** 55,03 **AGS:** 6,67 **Azu:** 2,72 **Sal:** 2,19

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

22 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco

Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 722 **Lip:** 30,07 **Prot:** 33,59 **HC:** 83,54 **AGS:** 4,71 **Azu:** 18,79 **Sal:** 1,52

Cena: Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

Viernes

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Picado Eco Cong

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 702 **Lip:** 24,70 **Prot:** 38,84 **HC:** 84,82 **AGS:** 3,55 **Azu:** 17,49 **Sal:** 1,63

Cena: Ensalada + Carne + Fruta o Lácteo

9 Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Bagre Filete S/p, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagrevinoblanc

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Integral

Fruta de Temporada

Kcal: 615 **Lip:** 32,02 **Prot:** 39,79 **HC:** 78,05 **AGS:** 5,43 **Azu:** 19,22 **Sal:** 1,77

Cena: Patata + Carne + Fruta o Lácteo

16 Potaje de Alubias Blancas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Aco.ii

Ensalada Clásica Escarola Lisa, Rizada y Achicoria, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete

Fruta de Temporada

Kcal: 702 **Lip:** 22,14 **Prot:** 25,79 **HC:** 102,33 **AGS:** 3,29 **Azu:** 25,65 **Sal:** 2,22

Cena: Arroz + Carne + Fruta o Lácteo

23 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Integral
Fruta de Temporada

Kcal: 664 **Lip:** 13,54 **Prot:** 19,93 **HC:** 115,65 **AGS:** 2,29 **Azu:** 31,60 **Sal:** 1,21

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

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

- 28** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 5** Arroz con Písto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Peregil

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 12** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno al Ajo y Peregil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 19** Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Martes

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

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

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta
- 6** Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta
- 13** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Lacitos con Tomate y Berenjena Farfalle, Tomate Frito Eco, Berenjena Cubo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 20** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 30** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 7** Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Pardina Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 14** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne) Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta
- 21** Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

- 1** 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 Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
- 8** Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 15** Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Choco con Salsa de Zanahorias Poton Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 22** Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Viernes

- 2** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Peregil, Ajo Picado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9** Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 16** Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oil.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 23** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Lunes

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

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

5 Arroz con Písto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Merluza al Horno al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

19 Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Martes

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

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

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

6 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Lacitos con Tomate y Berenjena Farfalle, Tomate Frito Eco, Berenjena Cubo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

30 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Pardina Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne) Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

1 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 Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

8 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Choco con Salsa de Zanahorias Poton Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

22 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Viernes

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Ajo Picado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

16 Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oil.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Lunes

28 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

5 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Merluza al Horno al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

19 **Espaguetis Sin Gluten con Tomate y Queso** Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Queso Rallado Mix

Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

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

Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Potón Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Agua

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

6 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

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

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Ajo Picado Eco

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

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Patatas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

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

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

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

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

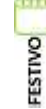
Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Guisante

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

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

1 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

8 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

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 Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Hamburguesa Ternera S/gluten, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

22 **Garbanzos con Espinacas Sin Comino** Garbanzo, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Viernes

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Ajo Picado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

16 Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oll.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

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

Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Potón Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Agua

Pan Sin Gluten Pan sin gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Lunes

28 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

5 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Taquitos de choco a la plancha Poton Tacos Limpio, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Merluza al Horno al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

19 **Espagueti Sin Gluten con Tomate y Queso**

Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Queso Rallado Mix
Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

29 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maíz** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Poton Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Agua

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

6 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

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

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Ajo Picado Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

30 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo o Fruta

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

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Ave + Fruta

14 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maíz** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

PAN BLANCO
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

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

FESTIVO
Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta

8 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

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 Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Hamburguesa Ternera S/gluten, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

22 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco

Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo o Fruta

Viernes

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Ajo Picado Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 **Espagueti Sin Gluten con Tomate** Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

16 Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pollo al Horno Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

PAN BLANCO
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

PAN INTEGRAL
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta