

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

2 Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 636 Lip: 21,66 Prot: 26,60 HC: 85,17

Cena: Verdura + Carne + Fruta

9 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 621 Lip: 17,13 Prot: 29,16 HC: 91,95

Cena: Arroz + Ave + Fruta

16 Crema de Verduras Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 763 Lip: 32,92 Prot: 29,35 HC: 108,53

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

3 Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao en Papillón Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 644 Lip: 15,99 Prot: 45,42 HC: 82,89

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10 Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 712 Lip: 21,08 Prot: 23,63 HC: 108,34

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17 Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 626 Lip: 23,64 Prot: 33,74 HC: 72,17

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

4 Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Magro con Tomate Magro de Cerdo, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 623 Lip: 22,83 Prot: 29,73 HC: 77,78

Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 622 Lip: 34,90 Prot: 38,81 HC: 81,46

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Kcal: 641 Lip: 22,12 Prot: 32,41 HC: 81,40

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

5 Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Caballa en Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 671 Lip: 22,00 Prot: 39,61 HC: 81,89

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

12 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 734 Lip: 28,81 Prot: 32,96 HC: 89,23

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

19 Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 702 Lip: 25,11 Prot: 34,02 HC: 86,08

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

6 Sopa de Cocido Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Cudillo, Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Kcal: 679 Lip: 22,85 Prot: 32,22 HC: 89,87

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Hot Dog Pan Hot Dog, Frankfur Pavo, Ketchup
Patatas Chips Patata Frita
Postre especial,
Refrescos sin Azucar ni Cafeina

Kcal: 644 Lip: 32,15 Prot: 19,55 HC: 69,05

Cena: Pasta + Pescado + Fruta



R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 2** Pasta Rehogada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 16** **Crema de Verduras** Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Martes

- 3** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- 10** **Pasta Salteada** Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17** **Patatas Estofadas** Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** **Crema de Zanahoria Ecológica** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 18** **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

- 5** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 12** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 19** **Pasta al Ajillo** Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6** **Sopa de Fideos** Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Cocido Sin Cerdo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Ternera Falda
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada



- 13** **Sopa de Fideos** Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Cocido Sin Cerdo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Ternera Falda
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** **Ensalada Mixta** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Filete de Pollo al Horno Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Patatas Asadas Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 2** Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 16** Crema de Verduras Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Arroz con Cebolla y Pimiento Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 10** Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17** Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Magro con Tomate Magro de Cerdo, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 18** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

- 5** Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 12** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 19** Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6** 
FESTIVO

- 13** Sopa de Fideos Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Carne Guisada con Verdura y Patata Pollo Eviscerado, Ternera Falda, Patata Pelada, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Hot Dog Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup
Patatas Chips Patata Frita
Refrescos sin Azúcar ni Cafeína
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

2 Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

16 Crema de Verduras Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla
Tortilla Francesa con Queso Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

3 Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10 Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17 Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

4 Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Tortilla de Patata Huevo Líquido, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Jueves

5 Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

12 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

19 Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

6 
FESTIVO

13 Sopa de Fideos Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol
Patatas Chips Patata Frita
Refrescos sin Azúcar ni Cafeína
Postre especial

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

2 Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

9 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

16 Crema de Verduras Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde, Pataca, Cebolla
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

3 Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10 Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17 Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

4 Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Hamburguesa de Ternera con Tomate Hamburguesa Vacuno, Tomate Frito, Aceite Girasol, Azúcar

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

5 Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

12 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

19 Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes



6 Sopa de Fideos Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Cocido Sin Cerdo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Ternera Falda
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

13 Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Hot Dog Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup

Patatas Chips Patata Frita
Refrescos sin Azúcar ni Cafeína
Postre especial .

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

20 Patatas Chips Patata Frita
Refrescos sin Azúcar ni Cafeína
Postre especial .

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Menú Diciembre 2019

Sin Frutos Secos, Lentejas, Garbanzos ni Judías Verdes - - Colegios Toledo

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

mediterránea

Lunes

- 2** Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** Crema de Coliflor Patata Pelada, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 16** Crema de Verduras Sin Judías Verdes Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria, Calabacín
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Arroz con Cebolla y Pimiento Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 10** Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17** Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** Crema de Calabacín, Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Magro con Tomate Magro de Cerdo, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 18** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

- 5** Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 12** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 19** Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6** 
FESTIVO

- 13** Sopa de Fideos Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Carne Guisada con Verdura y Patata Pollo Eviscerado, Ternera Falda, Patata Pelada, Zanahoria
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Hot Dog Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup
Patatas Chips Patata Frita
Refrescos sin Azucar ni Cafeína
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 2** Pasta con Caballa Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite
Tortilla Francesa de Espinacas, Tortilla Francesa con Espinacas
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 9** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 16** Crema de Verduras Patata Pelada, Calabacín, Judía Verde Plana, Cebolla
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Harina, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo de Soja

- 10** Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Merluza a la Andaluza Merluza Filete, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17** Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Ave + Lácteo de Soja

Miércoles

- 4** Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Magro con Tomate Magro de Cerdo, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 11** Crema de Zanahoria Ecológica Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ragout de Pollo al Ajillo Pollo Ragout, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 18** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Patata + Carne + Fruta

Jueves

- 5** Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Ave + Lácteo de Soja

- 12** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Salmón al Horno Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja

- 19** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

Viernes

- 6** 
FESTIVO

- 13** Sopa de Cocido Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Coddillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano, Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun Bolsa
Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Patatas Chips Patata Frita
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Refrescos sin Azucar ni Cafeina

Cena: Pasta + Pescado + Fruta