

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural
Kcal: 603 Lip: 23,73 Prot: 15,80 HC: 83,01

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 613 Lip: 23,20 Prot: 24,22 HC: 75,08

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **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, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 621 Lip: 17,14 Prot: 29,16 HC: 91,71

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural
Kcal: 638 Lip: 23,91 Prot: 39,52 HC: 64,78

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, 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, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 722 Lip: 30,15 Prot: 21,54 HC: 94,85

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 670 Lip: 24,97 Prot: 34,23 HC: 80,10

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero con Tomate Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 678 Lip: 18,04 Prot: 42,91 HC: 89,26

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 725 Lip: 22,00 Prot: 22,94 HC: 109,63

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **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, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 668 Lip: 26,68 Prot: 34,24 HC: 75,15

Cena: Patata + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 663 Lip: 19,13 Prot: 43,87 HC: 81,62

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 623 Lip: 19,56 Prot: 29,08 HC: 83,54

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 598 Lip: 23,75 Prot: 35,46 HC: 61,09

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural
Kcal: 623 Lip: 22,41 Prot: 41,45 HC: 64,46

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 722 Lip: 22,96 Prot: 36,37 HC: 90,92

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 722 Lip: 22,96 Prot: 36,37 HC: 90,92

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 680 Lip: 22,42 Prot: 39,66 HC: 82,42

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 19 
FESTIVO

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda 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, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 724 Lip: 25,22 Prot: 38,71 HC: 85,89

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 653 Lip: 21,71 Prot: 32,90 HC: 83,80

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13 **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 Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural
Kcal: 660 Lip: 23,67 Prot: 27,25 HC: 85,57

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20 
FESTIVO

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Plátano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada
Kcal: 650 Lip: 19,21 Prot: 31,39 HC: 90,73

Cena: Pasta + Carne + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9** Sopa de Arroz Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Filete de Pollo al Horno Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16** 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

- 23** Arroz con Cebolla y Pimiento Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito
Filete de Pollo al Horno Pollo, 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

Martes

- 3** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
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 + Carne + Fruta

- 10** Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero al Horno Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
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: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17** Pasta Rehogada Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24** Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde
Abadejo al Horno Abadejo Filete S/p S/e 85/105 105/125, 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

- 31** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, 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: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** Pasta al Ajillo Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11** 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
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18** Crema de Zanahoria Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 25** 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 Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5** 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 y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, 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 + Ave + Lácteo

- 19** Pasta al Ajillo Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
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: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26** Pasta al Ajillo Espiral, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Limanda en Salsa Verde Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
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: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

- 6** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13** Pasta Salteada 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 Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Desnatada Leche Desnatada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

FESTIVO



FESTIVO

mediterránea

Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9** Sopa de Arroz Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16** Arroz con Cebolla y Pimiento Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
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

- 23** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, 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

Martes

- 3** Judías Blancas con Chorizo Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa

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 + Carne + Fruta

- 10** Crema de Calabaza Calabaza, Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Fogonero con Tomate Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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:** Pasta + Huevo + Lácteo

- 17** Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24** 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

- 31** Pasta con Chorizo Espiral, Tomate Frito, Chorizo Fresco, Cebolla
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11** Judías Verdes Rehogadas Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18** Crema de Zanahoria Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamonco, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 25** 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 Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5** 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: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** 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 Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19** Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda 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

- 26** Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda 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** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Pimientos Asados Pimiento Italiano, 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 + Ave + Fruta

- 13** 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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, 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

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Bacalao Harina, Leche, Bacalao, cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **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 + Queso + Fruta

- 23 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Tortilla Francesa con Queso. Tortilla Francesa, Queso Barra Sandwich
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Tortilla de Patata con Calabacín. Tortilla Patata y Calabacín
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 + Pescado + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
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 + Pescado + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero con Tomate Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **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

- 31 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

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

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **Sopa de Fideos** Fideos, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde
Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata Pelada, Cebolla, 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: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

FESTIVO

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda 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 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Queso + Fruta

- 13 **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 Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

FESTIVO

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Bacalao Harina, Leche, Bacalao, cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 9** Sopa de Arroz Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16** 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

- 23** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Vacuno, Aceite Girasol
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
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, 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

Martes

- 3** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
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 + Carne + Fruta

- 10** Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero con Tomate Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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: Pasta + Huevo + Lácteo

- 17** Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24** 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

- 31** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11** Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquidado, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18** Crema de Zanahoria Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 25** 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 Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5** 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 y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

- 19** Crema de Zanahoria Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 26** Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda en Salsa Verde Limanda 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** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Leche Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 13** 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 Semillas y Agua Pan Semillas
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Yogur Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta

FESTIVO



FESTIVO

mediterránea

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
- Croquetas de Jamón** Croqueta Jamon, Aceite Girasol
- 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
- Yogur** Yogurt Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
- Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva 0,4°
- Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
- Pan y Agua** Pan
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Arroz con Cebolla y Pimiento** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
- 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

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
- Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
- 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
- Yogur** Yogurt Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
- Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, 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

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
- Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa
- 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 + Carne + Fruta

- 10 **Crema de Calabaza.** Patata Pelada, Calabaza, Calabaza, Aceite Oliva 0,4°
- Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
- 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

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
- Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
- Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
- Pan y Agua** Pan
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **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: Patata + Ave + Lácteo

- 31 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
- Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
- Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan y Agua** Pan
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar
- Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
- Pan Integral y Agua** Pan Integral
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Coliflor Rehogada** Coliflor, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Pimenton Dulce
- Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
- Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Integral y Agua** Pan Integral
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
- Pollo Asado** Pollo Jamonco, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
- Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **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 Integral y Agua** Pan Integral
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

- 5 **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 + Lácteo

- 12 **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 Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
- Pan y Agua** Pan
- Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
- Leche** Leche Semidesnatada

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

- 19 **Arroz con Cebolla y Pimiento** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde
- 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: Pasta + Queso

- 26 **Limanda en Salsa Verde** Limanda 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 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
- Caballa en Aceite** Caballa Aceite
- Pimientos Asados** Pimiento Italiano, 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 + Ave + Fruta

- 13 **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
- Yogur** Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Fruta



FESTIVO



FESTIVO

Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, 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 + Pescado + Fruta

- 16 **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

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, 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
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
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 + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Fogonero con Tomate Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
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: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza a la Andaluza. Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **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

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco
Fogonero en Papillote Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde
Pimientos Asados Pimiento Italiano, 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: Arroz + Carne + Fruta

Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Merluza al Horno. Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio
Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

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

Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Códillo 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: Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja
Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio
Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja



- 19 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, 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: Pasta + Pescado + Fruta

- 26 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda en Salsa Verde Limanda 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 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Aicachofa, Tomate Frito
Caballa en Aceite Caballa Aceite
Pimientos Asados Pimiento Italiano, 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 + Ave + Fruta

- 13 **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
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 20 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar
Limanda en Salsa Verde Limanda 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



- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, 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

mediterránea