

## Lunes

10

Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Gelatina

**Kcal:** 710 **Lip:** 19,16 **Prot:** 27,42 **HC:** 90,40

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

17

Crema de Calabacín con Picatostes.  
Cinta de Lomo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 589 **Lip:** 19,49 **Prot:** 32,29 **HC:** 73,14

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

24

Fideuá de Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 765 **Lip:** 20,86 **Prot:** 32,83 **HC:** 86,78

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

31

Crema de Verduras.  
Espirales con Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 738 **Lip:** 18,53 **Prot:** 20,71 **HC:** 106,29

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

## Martes

11

Puré de Judías Verdes y Zanahoria.  
Raviolis de Carne en Salsa de Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 695 **Lip:** 19,00 **Prot:** 16,38 **HC:** 97,88

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18

Paelia de Marisco  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 696 **Lip:** 20,53 **Prot:** 28,56 **HC:** 96,19

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

25

Crema de Zanahoria.  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 720 **Lip:** 26,53 **Prot:** 25,32 **HC:** 95,98

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

1

## Miércoles

12

Garbanzos Estofados con Verduras  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 672 **Lip:** 24,02 **Prot:** 23,04 **HC:** 94,05

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

19

Lentejas Estofadas con Verduras  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 740 **Lip:** 25,78 **Prot:** 25,68 **HC:** 96,39

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

26

Garbanzos Encebollados  
Limanda a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 664 **Lip:** 22,71 **Prot:** 37,53 **HC:** 80,02

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

2

## Jueves

13

Brocoli Salteado  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 504 **Lip:** 20,31 **Prot:** 33,17 **HC:** 48,33

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

20

Marmitako de Salmón  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 539 **Lip:** 16,64 **Prot:** 22,38 **HC:** 76,54

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

27

Arroz Cinco Delicias  
Salchichas Frescas al Vino  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 684 **Lip:** 38,38 **Prot:** 22,95 **HC:** 60,82

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

3

## Viernes

14

Judías Blancas con Chorizo  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Kcal:** 674 **Lip:** 23,88 **Prot:** 38,27 **HC:** 79,68

**Cena:** Patata + Ave + Fruta

21

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas

**Kcal:** 823 **Lip:** 22,06 **Prot:** 45,27 **HC:** 114,03

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

28

Judías Pintas con Arroz  
Tortilla Francesa con Queso.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Kcal:** 733 **Lip:** 24,08 **Prot:** 29,72 **HC:** 102,42

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

4

mediterránea

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>10 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Huevos Villarroy Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>13 Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p>17 Crema de Calabacín con Picatostes. Jurel al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>18 Paella de Marisco Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Lentejas Estofadas con Verduras Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo</p>	<p>20 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>25 Crema de Zanahoria. Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>27 Arroz con Verduras Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>28 Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>31 Crema de Verduras. Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

## Lunes

- 10 Arroz con Tomate  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Gelatina

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria.  
Pasta con Atún  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Miércoles

- 12 Garbanzos Estofados con Verduras  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Jueves

- 13 Brocoli Salteado  
Abadejo a la Gallega  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

## Viernes

- 14 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 17 Crema de Calabacín con Picatostes.  
Jurel al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Legumbre + Lácteo

- 18 Paella de Marisco  
Tortilla Francesa con Queso.  
Zanahoria Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 19 Lentejas Estofadas con Verduras  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo

- 20 Marmitako de Salmón  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 21 Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24 Fideuá de Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

- 25 Crema de Zanahoria.  
Tortilla Francesa.  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

- 26 Garbanzos Encebollados  
Limanda a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 27 Arroz con Verduras  
Salmón al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

- 28 Judías Pintas con Arroz  
Tortilla Francesa con Queso.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 31 Crema de Verduras.  
Espirales con Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>10 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>13 Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Judías Blancas con Chorizo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p>17 Crema de Calabacín. Cinta de Lomo al Horno  Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>18 Paella de Marisco Rotti de Pavo al Horno  Zanahoria Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Pasta Sin Gluten con Verduras Abadejo a la Andaluza (Harina Sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>20 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa.  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo  Repollo Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Pasta Sin Gluten con Verduras Palometa con Tomate  Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>25 Crema de Zanahoria. Ragout de Ternera Estofada  Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza (Harina sin gluten) Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>27 Arroz Cinco Delicias Salchichas Frescas al Vino  Champiñón al Ajillo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>28 Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso.  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>31 Crema de Verduras. Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Arroz con Tomate Jurel al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>13</b> Brocoli Salteado Pollo Asado Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Desnatado <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín. Cinta de Lomo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Paella de Verduras Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Lentejas Estofadas con Verduras Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	<b>20</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera y Zanahoria Repollo Rehogado Pan y Agua Yogur Desnatado <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Fideuá de Verduras Palometa al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>25</b> Crema de Zanahoria. Ragout de Ternera Estofada Menestra de Verduras Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>26</b> Garbanzos Encebollados Limanda al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>27</b> Arroz con Verduras Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>28</b> Judías Pintas Estofadas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Desnatado <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras. Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>10 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Huevos Villarroy Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>13 Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Judías Blancas con Chorizo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p>17 Crema de Calabacín con Picatostes. Cinta de Lomo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>18 Paella de Marisco Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Lentejas Estofadas con Verduras Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo</p>	<p>20 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>25 Crema de Zanahoria. Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>27 Arroz Cinco Delicias Salchichas Frescas al Vino Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>28 Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>31 Crema de Verduras. Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Triturado de Arroz con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Triturado de Judías Verdes con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Triturado de Garbanzos con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>13</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Triturado de Judías Blancas Estofadas con Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Triturado de Arroz con Pavo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	<b>20</b> Crema de Verduras con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura  Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Crema de Verduras con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Crema de Zanahoria con Ternera  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>26</b> Triturado de Garbanzos con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>27</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>28</b> Triturado de Judías Pintas con Arroz y Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras con Merluza  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Raviolis de Carne en Salsa de Tomate Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Garbanzos Estofados con Verduras Huevos Villarroy Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>13</b> Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín con Picatostes. Jurel al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Arroz con Verduras Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Lentejas Estofadas con Verduras Bacalao al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	<b>20</b> Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Sin Chorizo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>25</b> Crema de Zanahoria. Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>26</b> Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>27</b> Arroz Cinco Delicias Salchichas Frescas al Vino Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>28</b> Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso. Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras. Espirales con Atún Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>10 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Huevos Villarroy Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta</p>	<p>13 Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p>17 Crema de Calabacín con Picatostes. Jurel al Horno  Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>18 Paella de Marisco Filete de Pollo al Horno  Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Lentejas Estofadas con Verduras Crujiente de Bacalao  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo</p>	<p>20 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa.  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Patata y Zanahoria Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>25 Crema de Zanahoria. Tortilla Francesa. Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta</p>	<p>27 Arroz Campesina Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>28 Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>31 Crema de Verduras. Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

# Menú Toledo Enero 2022

Triturado sin Cerdo - - CEE Esquivias-Reina de Tule (Esquivias)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Triturado de Arroz con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Triturado de Judías Verdes con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Triturado de Garbanzos con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>13</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Triturado de Judías Blancas Estofadas con Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Triturado de Arroz con Pavo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	<b>20</b> Crema de Verduras con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura  Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Crema de Verduras con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Crema de Zanahoria con Ternera  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>26</b> Triturado de Garbanzos con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>27</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>28</b> Triturado de Judías Pintas con Arroz y Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras con Merluza  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Crema de Zanahoria. Pasta sin Gluten ni Soja Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Estofado de Patatas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín. Cinta de Lomo al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Paella de Marisco Filete de Pollo al Horno Zanahoria Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Pasta Sin Gluten ni Soja con Verduras Delicias de Bacalao (Harina sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>20</b> Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Sopa de Fideos solo con Pollo (Pasta sin Gluten ni Soja) Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Repollo Rehogado Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Pasta Sin Gluten ni Soja con Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>25</b> Crema de Zanahoria. Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>26</b> Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten Ni Soja) Limanda a la Andaluza (Harina sin gluten) Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>27</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras. Pasta Sin Gluten ni Soja con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>10</b> Arroz con Tomate 115 g arroz y 50 g salsa tomate 3,5 R de HC</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Pimientos Asados</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p><b>11</b> Puré de Judías Verdes y Zanahoria (patata 87 g, judías verdes 60 g zanahoria 100 g) 2,5 R de HC</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Patatas Dado al Horno 50 g 1,5 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p><b>12</b> Garbanzos Estofados 150 g garbanzos y 50 g patata 4 R de HC</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p><b>13</b> Crema de Brócoli y Zanahoria (patata 75 g y zanahoria 100 g) 2 R de HC</p> <p>Pollo Asado</p> <p>Patatas Dado al Horno 70 g 2 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p><b>14</b> Judías Blancas Estofadas 150 g judías y 100 g patatas 4,5 R de HC</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Yogur Desnatado de Sabores 0,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p><b>17</b> Crema de Calabacín Patata 150 g 3 R de HC</p> <p>Cinta de Lomo al Horno</p> <p>Patatas Panadera al Horno 35 g 1 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p><b>18</b> Paella de Marisco 114 g arroz 3 R de HC</p> <p>Rotti de Pavo al Horno</p> <p>Zanahorias al Ajillo 100 g 0,5 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p><b>19</b> Crema de Lentejas 100 g lentejas y 100 g patata 4 R de HC</p> <p>Bacalao al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo</p>	<p><b>20</b> Marmitako de Salmón (200 g patata) 4 R de HC</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p><b>21</b> Sopa de Cocido (50 g fideos) 1R de HC</p> <p>Cocido Completo (100 g garbanzos, 50 g patata) 3 R de HC</p> <p>Repollo Rehogado</p> <p>Pan (30 g) 1,5 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur Desnatado sabores 1,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p><b>24</b> Fideuá de Verduras 175 g pasta 3,5 R de HC</p> <p>Palometa al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p><b>25</b> Crema de Zanahoria patata 100 g y zanahoria 200 g 3 R de HC</p> <p>Ragout de Ternera Estofada</p> <p>Patatas Dado al Horno 35 g 1 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta</p>	<p><b>26</b> Garbanzos Encebollados 100 g y 75 g patata 3,5 R de HC</p> <p>Limanda al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1,5 R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta</p>	<p><b>27</b> Arroz Campesina 150 g arroz 4 R de HC</p> <p>Filete de Pollo al Horno</p> <p>Champiñón al Ajillo</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p><b>28</b> Judías Pintas con Arroz 150 g judías y 38 g arroz 4 R de HC</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p><b>31</b> Crema de Verduras 150 g patata 3 R de HC</p> <p>Cinta de Lomo Fresca al Horno</p> <p>Patatas Dado al Horno 35 g 1 R de HC</p> <p>Pan (40 g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p> <p><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>10 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>13 Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta</p>
<p>17 Crema de Calabacín con Picatostes. Cinta de Lomo Fresca al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>18 Paella de Marisco Filete de Pollo al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>19 Lentejas Estofadas con Verduras Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo</p>	<p>20 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21 Sopa de Fideos Cocido Sin Chorizo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>25 Crema de Zanahoria. Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Limanda a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>27 Arroz Cinco Delicias Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>28 Judías Pintas con Arroz Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>31 Crema de Verduras. Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Gelatina <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Crema de Zanahoria. Pasta sin Gluten ni Soja Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Brocoli Salteado Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Estofado de Patatas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín. Cinta de Lomo al Horno Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Paella de Marisco Filete de Pollo al Horno Zanahoria Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Pasta Sin Gluten ni Soja con Verduras Delicias de Bacalao (Harina sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>20</b> Marmitako de Salmón Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Sopa de Fideos solo con Pollo (Pasta sin Gluten ni Soja) Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Repollo Rehogado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Pasta Sin Gluten ni Soja con Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>25</b> Crema de Zanahoria. Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>26</b> Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten Ni Soja) Limanda a la Andaluza (Harina sin gluten) Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>27</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín Filete de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Verduras. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Verduras. Pasta Sin Gluten ni Soja con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>10</b> Triturado de Arroz con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Crema de Zanahoria con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Triturado de Garbanzos con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>13</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	<b>14</b> Triturado de Judías Blancas Estofadas con Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>17</b> Crema de Calabacín con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Triturado de Arroz con Pavo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>19</b> Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	<b>20</b> Crema de Patata con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>21</b> Triturado de Garbanzos con Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura  Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>24</b> Crema de Patata con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>25</b> Crema de Zanahoria con Ternera  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	<b>26</b> Triturado de Garbanzos con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Fruta	<b>27</b> Triturado de Arroz con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>28</b> Triturado de Judías Pintas con Arroz y Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
<b>31</b> Crema de Zanahoria con Merluza  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo				

mediterránea