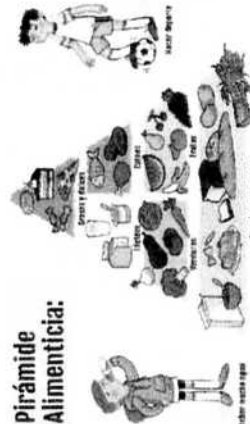


LUNES 8			MARTES 9			MIÉRCOLES 10			JUEVES 11			VIERNES 12		
Macarrones con tomate frito y queso			Sopa de puchero con garbanzos y arroz			Lentejas riojanas con chorizo			Crema de calabaza			Arroz a la cubana (con tomate frito)		
Tortilla patatas horno			Figuritas de pescado rebozado al horno			Ensalada multicolor (lechuga, tomate, zanahoria y maíz)			Lomo de cerdo en salsa piña			Caella al horno en salsa verde		
Ensalada del tiempo (lechuga, tomate, cebolla)			Tomate aliñado			Huevo cocido			Patatas al orejano cocidas			Menestra de verduras (zanahorias, judías, guisantes)		
Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Integral y Fruta			Pan Blanco ECO y Yogur sabores		
CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURAS + CARNE + FRUTA O FRUTA			CENA: ARROZ + PESCADO + YOGUR O FRUTA			CENA: ENSALADA + CARNE + YOGUR O FRUTA			CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR O FRUTA		
LUNES 15			MARTES 16			MIÉRCOLES 17			JUEVES 18			VIERNES 19		
Cazuela de patatas con ternera			Lentejas estofadas			Espaguetis a la napolitana (tomate, orégano, ajo)			Crema de zanahorias			Cazuela de fideos con pez espada		
Pisto (calabacín, berenjena, tomate) con huevo cocido			Empanadillas boloñesa horno			Tortilla de patatas y calabacín horno			Hamburguesa pollo horno			Ensalada de la Huerta (lechuga, tomate, zanahorias) con queso fresco		
Pan Blanco ECO y Fruta			Ensalada variada (lechuga, tomate, maíz)			Ensalada de brotes de soja con tomate			Arroz salteado al ajillo			Pan Blanco ECO y Fruta		
CENA: ENSALADA + CARNE + YOGUR O FRUTA			CENA: PASTA + HUEVO + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR O FRUTA			CENA: ENSALADA + PESCADO + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURA + HUEVO + YOGUR O FRUTA		
LUNES 22			MARTES 23			MIÉRCOLES 24			JUEVES 25			VIERNES 26		
Arroz tres delicias			Crema de calabacín			Sopa de arroz con verduras			Alubias estofadas			Ensalada multicolor con huevo duro (lechuga, tomate, zanahorias, maíz)		
Abadejo horno a las finas hierbas			Jamoncito de pollo horno al ajillo			Figuritas de pescado rebozado horno			Tortilla patatas horno			Macarrones boloñesa (tomate, ternera)		
Menestra de verduras (zanahorias, judías, guisantes)			Patatas cocidas			Tomate aliñado			Ensalada del tiempo (lechuga, tomate, cebolla)			Pan Blanco ECO y Danonino		
Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Integral y Fruta			Pan Blanco ECO y Danonino		
CENA: PASTA + PESCADO + YOGUR O FRUTA			CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR O FRUTA			CENA: ARROZ + PESCADO + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURA + PESCADO + YOGUR O FRUTA		
LUNES 29			MARTES 30			MIÉRCOLES 31								
Arroz con tomate frito			Marmitako de atún			Lentejas campesinas (calabacín, zanahorias, calabaza)								
Salchichas de pollo al horno			Ensalada de pasta (zanahorias, maíz, aceitunas)			Tortilla francesa al horno								
Ensalada variada (lechuga, tomate y maíz)			Pan Blanco ECO y Fruta			Ensalada de la huerta (lechuga, cebolla y zanahorias)								
Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta			Pan Blanco ECO y Fruta								
CENA: PASTA + PESCADO + YOGUR O FRUTA			CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR O FRUTA			CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR O FRUTA								

Pirámide Alimenticia:



INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR



1. Todos los menús van acompañados de agua suministrada al centro por la empresa abastecedora de la localidad.
2. Fruta: Según temporada y proveedores, se suministrará una pieza fruta de temporada, fruta ecológica o fruta IV Gama: Manzana, Mandarina Pera, Cítrula y Naranja.
3. Para la elaboración de nuestros platos se utiliza aceite de oliva virgen extra y sal yodada. El menú está exento de grasas trans e hidrogenadas, excepto la presente de forma natural en productos de origen animal.
4. El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1159/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos.
5. Menú elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición (col.AND-332/AND-371), según pautas nutricionales del Isp.0118/ISF/2017/SC y aprobado por la Coordinación de Seguridad Alimentaria y Salud Ambiental de la Junta de Andalucía (Consejería de Sanidad).

Año de ensaladas: Aceite de Oliva Virgen Extra, Vinagre y Sal