

# Andalucía. Menú Marzo - Abril 2021

Sin Gluten - - COCINA CENTRAL ANDALUCIA

## Lunes

**12** Arroz con Calabacín y Puerto Arroz  
Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Puerto Rosalga,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Tortilla de Patata y Cebolla** Tortilla  
Pataca/cebolla 700g A.o.

**Ensalada de Lechuga** Lechuga iceberg,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Arroz + Carne + Lácteo**

## Martes

**23** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacín  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Contramanto de Pollo al Horno** Pollo  
Contramanto, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino  
Blanco, Sal Fina Yodada

**Arroz Píaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo**

## Miércoles

**24** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria,  
Maiz y Queso Fresco Ensalada & Estaciones,  
Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eco

**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco**  
patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria  
Dado Eco, Gusanitos Eco

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Huevo + Fruta**

## Jueves

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

**Espaguetis Sin Gluten Bolorfesa** Espagueti  
Sgluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picado, Yema  
Pecada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

## Viernes

**26** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate  
Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco

**Abadío a las Finas Hierbas** Abadío Lomo,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Orégano

**Ensalada Campestre** Ensalada Campestre,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

**29**

**30**

**31**

**1**

**2**

**5** **Sopa de Peacillo con Fideos Sin Gluten**  
Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria  
Dado Eco, Pollo Contramanto

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

**Ensalada Primavera** Ensalada Primavera,  
Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina  
Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo**

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

**Arroz con Tomate y Pollo** Arroz Vaporizado,  
Pollo Contramanto, Tomate Frito Eco, Tomate  
Triturado

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo**

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

**Magro de Cerdo con Tomate** Cerdo Dado,  
Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal  
Fina Yodada

**Patatas Panaderas al Horno** Patatas Panadera  
Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada,  
Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Fruta**

**13** **Espaguetis Sin Gluten con Verduras**  
Espagueti Sgluten, Calabaza Dado Eco, Calabacín  
Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Tortilla de Patata y Cebolla** Tortilla  
Patatas/cebolla 700g A.o.

**Tomate Natural** Tomate, Vinagre, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

**20** **Crema de Verdura** Patata Dado Eco, Calabacín  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Contramanto de Pollo al Horno** Pollo  
Contramanto, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino  
Blanco, Sal Fina Yodada

**Patatas Panaderas al Horno** Patata Panadera  
Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada,  
Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Fruta**

**7** **Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso**  
Fresco Lechuga Iceberg, Maiz Duro, Queso  
Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Polaje de Alubias Blancas con Calabacín**  
Alubias Blancas, Patata Dado Eco, Calabacín Dado  
Eco, Zanahoria Dado Eco

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Yogur Natural (yogurt Natural)

**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

**14** **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria,  
Maiz y Huevo duro** Ensalada & Estaciones,  
Huevo Duro, Maiz Duro, Vinagre

**Puchero** Patata Dado Eco, Cerdo/Carne  
Prestrochada, Pollo Contramanto, Arroz Vaporizado

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Yogur Natural (yogurt Natural)

**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo**

**21** **Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso**  
Fresco Lechuga Iceberg, Maiz Duro, Queso  
Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco**  
Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria  
Dado Eco, Gusanitos Eco

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Arroz + Carne + Lácteo**

**8** **Cazuela de Patatas con Bacalao** patata  
Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Bacalao trocado,  
Tomate Triturado

**Macarones Sin Gluten con Tomate**  
Macarones Sin gluten - Seta, Tomate Frito Eco,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Carne + Lácteo**

**15** **Crema Hortelana** Patata Dado Eco, Calabaza  
Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

**Temera al Horno con Cebolla** Temera Dado  
Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eco, Contramanto

**Arroz Píaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Fruta**

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

**Espaguetis Sin Gluten Bolorfesa** Espagueti  
Sgluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picado, Yema  
Pecada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

**9** **Arroz Salteado con Gusanitos y**  
Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado  
Eco, Gusanitos Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Juriles al Horno en Salsa de Adobo**  
Lomo Sgluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla  
Dado Eco, Patata Dado Eco

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga  
Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eco

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

**16** **Macarones Sin Gluten con Tomate y**  
Orégano Macarones Sin gluten - Seta, Tomate  
Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco

**Merluza al Horno en Salsa Verde** Merluza  
Frita Sgluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata  
Dado Eco, Contramanto

**Ensalada Mezclum** Ensalada Mezclum, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

**23** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate  
Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco

**Palmería al Horno en Salsa de Cebolla y**  
Eneldo Palmería Picada, Cebolla Dado Eco, Vino  
Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada Campestre** Ensalada Campestre,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan Sgluten  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo**

# Andalucía. Menú Marzo - Abril 2021

Sin Lentejas - - COCINA CENTRAL ANDALUCÍA

## Lunes

**22** Arroz con Calabaza y Puerto Arroz  
Vaporizado, Puerto Redujo, Calabaza Dado Eco,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla  
patatero 700g A.o.  
Ensalada de Lechuga Lechuga lechuga,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lacteos

**29**

**5** Sopa de Picadillo patata Dado Eco, Fideos  
Fines, Zanahora Dado Eco, Pulo Contranucha  
Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Ensalada Primavera Fresas, Fresas Primavera,  
Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina  
Yodada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lacteos

**12**

**12** Crema de Zanahoria Zanahora Dado Eco,  
Pulo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,  
Cebolla Dado Eco  
Arroz con Tomate y Pollo Arroz Vaporizado,  
Pulo Contranucha, Tomate Frito Eco, Tomate  
Friturado  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteos

**19**

**19** Sopa de Arroz con Verduras Arroz  
Vaporizado, Calabaza Dado Eco, Calabaza Dado  
Eco, Zanahora Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga Lechuga lechuga,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lacteos

## Martes

**23** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabaza  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahora Dado Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pulo Jamoncito,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco, Sal Fina Yodada, Peregil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteos

**30**

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado, Patata  
Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla  
Dado Eco  
Albondigas de Cerdo con Tomate Albondiga  
Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Friturado, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera  
Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada,  
Peregil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**13**

**13** Espaguetis con Verduras Espagueti,  
Calabaza Dado Eco, Calabaza Dado, Zanahora Dado  
Eco  
Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla  
Patatero 700g A.o.  
Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**20**

**20** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabaza  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahora Dado Eco  
Jamoncito de Pollo al Horno Pulo Jamoncito,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera  
Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada,  
Peregil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

## Miércoles

**24** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria,  
Maiz y Queso Fresco Ensalada 4 Estaciones,  
Maiz Dado, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eco

Cazuela de Fideos con Choco Zanahora  
Dado Eco, Fideos, Queso, Patata Dado Eco, Pulo  
Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**31**

**7** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso  
Fresco Lechuga lechuga, Maiz Dado, Queso  
Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Platie de Alubias Blancas con Calabacin  
Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabaza Dado  
Eco, Zanahora Dado Eco  
Pan Blanco Pan  
Yogur Natural Yogurt Natural

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**14**

**14** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria,  
Maiz y Huevo duro Ensalada 4 Estaciones,  
Maiz Dado, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco, Vinagre  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo  
Friturado, Pulo Contranucha, Arroz Vaporizado  
Pan Blanco Pan  
Yogur Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Lacteos

**21**

**21** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso  
Fresco Lechuga lechuga, Maiz Dado, Queso  
Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Cazuela de Fideos con Choco Zanahora,  
Dado Eco, Fideos, Queso, Patata Dado Eco, Pulo  
Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lacteos

## Jueves

**25** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco,  
Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,  
Cebolla Dado Eco

Espaguetis Bolonésa Espagueti, Tomate  
Friturado, Pulo Picada, Tomate Frito Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

**1**

**8** Cazuela de Patatas con Bacalao Patata  
Dado Eco, Zanahora Dado Eco, Bacalao Fritado,  
Tomate Triturado  
Cudillos con Tomate y Queso Triunfo,  
Tomate Frito Eco, Queso Triturado, Queso Hallado  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Carne + Lacteos

**15**

**15** Crema Horrelana Patata Dado Eco, Calabaza  
Dado Eco, Zanahora Dado Eco, Espinacas  
Hamburguesa de Ternera con Cebolla  
Mantecada Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco, Sal Fina Yodada, Peregil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**22**

**22** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco,  
Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,  
Cebolla Dado Eco  
Tallines Bolonésa Tallines, Tomate  
Friturado, Tomate Frito Eco, Pulo Picada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

## Viernes

**26** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate  
Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco

Abadío a las Finas Hierbas Abadío Lomo,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Peregil, Orégano  
Ensalada Campestre Ensalada Campestre,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**2**

**9** Arroz Salteado con Guisantes y  
Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahora Dado  
Eco, Queso Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel  
Lomo 30g, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla  
Dado Eco, Patata Dado Eco  
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga  
lechuga, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eco  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**16**

**16** Lacteos con Tomate y Orégano F. arallo,  
Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eco  
Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza  
Frita Eco, Pulo Contranucha Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada Mezclum Ensalada lechuga, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteos

**23**

**23** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate  
Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen  
Extra Eco  
Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y  
Enderlo Palometa Francesa, Cebolla Dado Eco, Vino  
Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada Campestre Ensalada Campestre,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina  
Yodada  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteos



# Andalucía. Menú Marzo - Abril 2021

Sin Leche y Sin Huevo - - COCINA CENTRAL ANDALUCIA

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**22** **Potaje de Lentijas con Calabaza** Patata Dado Eco, Lentejas, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Cinta de Lomo de Cerdo al Horno** Cinta de Lomo Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Percepi, Sal Fina Yodada

**Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**23** **Crema de Verdura** Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Jamonicillo de Pollo al Horno** Pollo Jamonicillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

**Aroz Pilaf** Aroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Percepi

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**24** **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maiz** Ensalada de Lechugas, Maiz Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco** Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**25** **Crema de Calabacin** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Españoles Sin Gluten Boloñesa** Españoles Soplados, Tomate Frito Eco, Pollo Picado, Ternera Picada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**26** **Aroz con Tomate** Aroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Aoadejo a Las Finas Hierbas** Abadego Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Percepi, Orzegno

**Ensalada Campesre** Ensalada Campesre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**29** **Cena: Aroz + Carne + Lacteo**

**30** **Cena: Ensalada + Pescado + Lacteo**

**31** **Cena: Patata + Ave + Fruta**

**1** **Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

**2** **Cena: Verdura + Ave + Fruta**

**5** **Sopa de Pescadillo con Fideos Sin Gluten** Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Pollo Condensado

**Pavo al Horno Encorbado** Pavo Dado, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Ensalada Primavera** Ensalada Primavera, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

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

**Abundicias de Cerdo con Tomate** Albondiiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Patatas Panaderas al Horno** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Percepi

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**7** **Ensalada de Lechuga y Maiz** Lechuga Iceberg, Maiz Dado, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Potaje de Alubias Blancas con Calabacin** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**8** **Cazuela de Patatas con Bacalao** Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Bacalao Siquitos, Tomate Triturado

**Macarrones Sin Gluten con Tomate** Macarrones Sin gluten - Seco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**9** **Aroz Salteado con Guisantes y Zanahoria** Aroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisantes Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Juriles al Horno en Salsa de Adobo** Lomo Sfp, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lacteo**

**Cena: Ensalada + Ave + Fruta**

**Cena: Aroz + Pescado + Fruta**

**Cena: Ensalada + Carne + Lacteo**

**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

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

**Aroz con Tomate y Pollo** Aroz Vaporizado, Pollo, Condensado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**13** **Lentijas con Verduras** Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

**Ternera Mermada** Ternera Dado Comp, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagre

Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**14** **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maiz** Ensalada de Lechugas, Maiz Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

**Puchero** Patata Dado Eco, Garbanzo Preservatado, Pollo Condensado, Aroz Vaporizado

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**15** **Crema Hortelana** Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

**Hamburguesa de Ternera con Cebolla** Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo

**Aroz Pilaf** Aroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Percepi

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**16** **Macarrones Sin Gluten con Tomate y Orzegno** Macarrones Sin gluten - Seco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Meliza al Horno en Salsa Verde** Meliza Frita Sfp, Seco, Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Ajo

**Ensalada Mezclum** Ensalada Mezclum, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**19** **Cena: Ensalada + Pescado + Lacteo**

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

**Cena: Pasta + Pescado + Lacteo**

**Cena: Ensalada + Ave + Fruta**

**Cena: Verdura + Carne + Lacteo**

**20** **Crema de Verdura** Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Jamonicillo de Pollo al Horno** Pollo Jamonicillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

**Patatas Panaderas al Horno** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Percepi

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**21** **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maiz** Ensalada de Lechugas, Maiz Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco** Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**22** **Crema de Calabacin** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Españoles Sin Gluten Boloñesa** Españoles Soplados, Tomate Frito Eco, Pollo Picado, Ternera Picada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**23** **Aroz con Tomate** Aroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo** Palometa Pavo, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada Campesre** Ensalada Campesre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**23** **Aroz con Tomate** Aroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo** Palometa Pavo, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada Campesre** Ensalada Campesre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Pescado + Lacteo**

**Cena: Ensalada + Ave + Fruta**

**Cena: Aroz + Carne + Lacteo**

**Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

**Cena: Ensalada + Ave + Lacteo**

# Andalucía. Menú Marzo - Abril 2021

Sin Marisco - - COCINA CENTRAL ANDALUCIA

## Lunes

**22** Potaje de Lentejas con Calabaza Patata Dado Eco, Lentejas, Calabaza, Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla Patata, Cebolla, Fritol, A. V.

**Ensalada de Lechuga** Lechuga, Kieberry, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Arroz + Carne + Lacteo**

## Martes

**23** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Jamoncillo de Pollo al Horno Pollo Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Lacteo**

## Miércoles

**24** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Queso fresco Embutido a Estrogoner, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Cazuela de Fideos con Verduras** Patata Dado Eco, Fideos, Guisantes, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Huevo + Fruta**

## Jueves

**25** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Espaguetis Bolofresa** Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

## Viernes

**26** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Abadejo a Las Finas Hierbas** Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Orzanjo

**Ensalada Campestre** Ensalada Campestre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

## Lunes

**5** Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos Fritos, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramolde

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Ensalada Primavera** Ensalada Primavera, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lacteo**

## Martes

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

**Abondigas de Cerdo con Tomate** Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Patatas Panaderas al Horno** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Fruta**

## Miércoles

**7** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, Kieberry, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Potaje de Alubias Blancas con Calabacin** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur Natural

**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

## Jueves

**8** Cazuela de Patatas con Verduras (sin bacalao) Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rizo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Coditos con Tomate y Queso** Tomate Triturado, Pollo Picado, Queso Rallado

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Carne + Lacteo**

## Viernes

**9** Arroz Salteado con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Jureles al Horno en Salsa de Adobo** Jurel Lomo Sin Piel, Vinagre Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

## Lunes

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

**Arroz con Tomate y Pollo** Arroz Vaporizado, Pollo Contramolde, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lacteo**

## Martes

**13** Lentejas con Verduras Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

**Tortilla de Patata y Cebolla** Tortilla Patata, Cebolla, Fritol, A. V.

**Tomate Natural** Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

## Miércoles

**14** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo duro Ensalada a Estrogoner, Maiz Duro, Maiz Duro, Vinagre

**Puchero** Patata Dado Eco, Guisante Puchero, Pollo Contramolde, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan  
Yogur Natural

**Cena: Pasta + Pescado + Lacteo**

## Jueves

**15** Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinaca

**Hamburguesa de Ternera con Cebolla** Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo

**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Fruta**

## Viernes

**16** Lacteos con Tomate y Oregano Fardillo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Merluza al Horno en Salsa Verde** Merluza Frita Sin Piel, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

**Ensalada Mezclum** Ensalada Mezclum, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lacteo**

## Lunes

**19** Lentejas con Arroz Lentejas, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Ensalada de Lechuga** Lechuga, Kieberry, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Pescado + Lacteo**

## Martes

**20** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Jamoncillo de Pollo al Horno** Pollo Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

**Patatas Panaderas al Horno** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

## Miércoles

**21** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, Kieberry, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Cazuela de Fideos con Verduras** Patata Dado Eco, Fideos, Guisantes, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Arroz + Carne + Lacteo**

## Jueves

**22** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Tallines Bolofresa** Tallines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Fruta**

## Viernes

**23** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo** Palometa Picada, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada Campestre** Ensalada Campestre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lacteo**

# Andalucía. Menú Marzo - Abril 2021

Sin Alubias - - COCINA CENTRAL ANDALUCIA

## Lunes

**22** Potaje de Lentejas con Calabaza Patata Dado Eco, Lentejas, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla Patata Cebolla Trigo A.O.,  
Ensalada de Lechuga Lechuga, Kanieng, Yodada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada,  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lacteo

## Martes

**23** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahorra Dado Eco

Jamoncico de Pollo al Horno Pollo Jamoncico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Arroz Píjar Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteo

## Miércoles

**24** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Queso fresco Ensalada, 4 Estaciones, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Ginecros, Patata Dado Eco, Paton Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

## Jueves

**25** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

## Viernes

**26** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Luma, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Queso, Ensalada Campestre Ensalada Campestre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada,  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**5** Sopa de Picadillo patata Dado Eco, Fideos Finos, Zanahorra Dado Eco, Pollo Contramido

Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Ensalada Primavera Ensalada Primavera, Yodada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada,  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lacteo

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

Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**12** Crema de Zanahoria Zanahorra Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Arroz con Tomate y Pollo Arroz Vaporizado, Pollo Contramido, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado,  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteo

**13** Lentejas con Verduras Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahorra Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla Patata Cebolla Trigo A.O.,  
Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**19** Lentejas con Arroz Lentejas, Patata Dado Eco, Zanahorra Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga Lechuga, Kanieng, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada,  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lacteo

**20** Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahorra Dado Eco

Jamoncico de Pollo al Horno Pollo Jamoncico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**21** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, Kanieng, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Ginecros, Patata Dado Eco, Paton Eco  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lacteo

**22** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pechito Picado  
Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

**23** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneido Palometa Porcino, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada Campestre Ensalada Campestre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada,  
Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo

Aliment

