



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

05

Sopa de arroz
Tortilla de patata y cebolla con ensalada
Fruta 4ª Gama
Pan integral ecológico
Kcal: 651,63 Prot: 15,10 Lip: 26,26 HC: 88,71

Lentejas con zanahoria ecológicas
Palometa con salsa de tomate y ensalada
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 628,24 Prot: 22,18 Lip: 23,47 HC: 82,07

06

07

08

09

10

Patatas guisadas ecológicas
Bacalao empanado con ensalada
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 673,28 Prot: 18,34 Lip: 22 HC: 95,66

Garbanzos con verduras
Huevo cocido con pisto
Fruta fresca
Pan integral ecológico
Kcal: 689,98 Prot: 23,99 Lip: 27,51 HC: 80,63

Ensalada variada con queso fresco (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)
Paella de verduras
Yogur
Pan blanco ecológico
Kcal: 650,31 Prot: 20,08 Lip: 23,68 HC: 87,19

Lentejas castellana ecológicas
Tortilla de patatas y atún con ensalada
Fruta 4ª Gama
Pan integral ecológico
Kcal: 672,68 Prot: 20,56 Lip: 26,12 HC: 80,96

Salmorejo ecológico
Contramuslo de pollo en salsa de champiñón con patatas panaderas
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 691,25 Prot: 23,22 Lip: 25,77 HC: 88,61

11

12

13

14

15

Sopa de puchero ecológica
Tortilla de patata y cebolla con ensalada
Piña en su jugo
Pan sin gluten
Kcal: 649,17 Prot: 15,41 Lip: 20,78 HC: 91,86

Macarrones con salsa de tomate natural
Merluza en salsa de almendra con verduras salteadas
Fruta fresca
Pan integral ecológica
Kcal: 646,10 Prot: 25,53 Lip: 21,62 HC: 82,46

Alubias blancas con verduras
Tortilla francesa con ensalada
Fruta 4ª Gama
Pan blanco ecológico
Kcal: 620,72 Prot: 21,18 Lip: 19,87 HC: 82,68

FESTIVO

Ensalada variada con atún (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atún)
Lentejas caseras ecológicas
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 673,62 Prot: 23,46 Lip: 25,50 HC: 82,79

16

17

18

19

20

Arroz con salsa de tomate natural
Tortilla de patata y calabacín con ensalada
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 709,92 Prot: 15,76 Lip: 23,69 HC: 102,32

Ensalada mixta (lechuga, tomate, maíz, zanahoria)
Potaje de garbanzos
Yogur
Pan integral ecológico
Kcal: 670,47 Prot: 21,39 Lip: 25,13 HC: 80,57

Lentejas con zanahoria ecológicas
Huevo aurora con ensalada
Fruta fresca
Pan blanco ecológico
Kcal: 681,35 Prot: 23,35 Lip: 24,73 HC: 84,67

Salmorejo ecológico
Salchichas frescas de ave al horno con patata panadera ecológica
Fruta 4ª Gama
Pan integral ecológico
Kcal: 668,10 Prot: 20,30 Lip: 24,70 HC: 86,89

Coditos con salsa de tomate ecológico
Palometa en salsa de puerros con menestra de verduras
Postre especial
Pan blanco ecológico
Kcal: 646,88 Prot: 25,28 Lip: 20,45 HC: 86,76

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

“Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor”