

Menú Castilla la Mancha Mixta Octubre

Sin Cerdo - - CEIP Reina Sofia

Lunes

- 2** Crema de Calabacín ECO. **12**
 Bacalao al Horno **4**
 Patatas Fritas **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 9** Tallarines con Tomate **1-3T-6T-10T**
 Tortilla Francesa con Atún. **3-4**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 16** Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
 Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas **4-12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 23** Crema de Verduras ECO. **12**
 Rotti de Pavo al Horno. **6-12**
 Zanahoria Rehogada.
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 30** Espaguetis con Tomate **1-3T-6T-10T**
 Pollo al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
 Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Zanahoria ECO. **12**
 Paella Valenciana
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 17** Brócoli Salteado
 Albóndigas de Ternera en Salsa **6-12**
 Patatas Fritas **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 24** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
 Empanadillas de Atún **1-2T-3T-4-6T-7T-9T-10T-14T**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 31** Sopa de Fideos **1-3T-6T-10T**
 Crujiente de Bacalao **1-2T-3T-4-6T-7-9T-10T-12-14T**
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada y Postre Especial **1-3-6T-7-8T-12T**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4** Macarrones Gratinados **1-3T-6T-7-10T**
 Pollo Asado **12**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11** Sopa de Fideos **1-3T-6T-10T**
 Cocido Sin Cerdo **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 18** Coditos al Gratin **1-3T-6T-7-10T**
 Bacalao a la Andaluza **1-2T-3-4-7T-14T**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 25** Arroz a la Cubana **3**
 Salchichas de Pavo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5** Arroz con Tomate.
 Bienmesabe Adobado. **4**
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12** 
FESTIVO

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 19** Lentejas Estofadas con Verduras **1T**
 Tortilla Francesa. **3**
 Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 26** Macarrones Boloñesa **1-3T-6T-10T**
 Merluza al Horno **2T-4-14T**
 Calabacín Rehogado
 Pan Integral y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 6** Garbanzos Estofados con Verduras
 Merluza al Horno **2T-4-14T**
 Verduras Asadas
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 13** 
FESTIVO

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
 Filete de Pollo al Horno
 Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 27** Sopa de Fideos **1-3T-6T-10T**
 Cocido Sin Cerdo **12**
 Pan y Agua **1**
 Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

ALÉRGICOS
 1-Gluten
 2-Crustáceo
 3-Huevo
 4-Pescado
 5-Cacahuete
 6-Soja
 7-Leche y Derivados
 8-Frutos Secos
 9-Apio
 10-Mostaza
 11-Sesamo
 12-Sulfitos
 13-Altramuces
 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 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.

Menú Castilla la Mancha Mixta Octubre

Sin Huevo - - CEIP Reina Sofía

Lunes

- 2** Crema de Calabacín ECO. **12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 9** Pasta Sin Huevo con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 16** Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas **4-12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 23** Crema de Verduras ECO. **12**
Rotti de Pavo al Horno. **6-12**
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 30** Pasta Sin Huevo con Tomate
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Caballa en Aceite **4**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Zanahoria ECO. **12**
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 17** Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa **6-12**
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 24** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 31** Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Postre Especial **1-3-6T-7-8T-12T**

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** Pasta Sin Huevo al Gratén **7**
Pollo Asado **12**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) **12**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 18** Pasta Sin Huevo al Gratén **7**
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5** Arroz con Tomate.
Bienmesabe Adobado. **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12** 
FESTIVO

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 26** Pasta Sin Huevo Boloñesa
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 6** Garbanzos Estofados con Chorizo.
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Verduras Asadas
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

- 13** 
FESTIVO

- 20** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 27** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) **12**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

ALÉRGENOS

- 1-Gluten
- 2-Crustáceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramuces
- 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
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.

Menú Castilla la Mancha Mixta Octubre

Sin Huevo ni Frutos Secos - - CEIP Reina Sofia

Lunes

- 2** Crema de Calabacín ECO. **12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 9** Pasta Sin Huevo con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 16** Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas **4-12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

- 23** Crema de Verduras ECO. **12**
Rotti de Pavo al Horno. **6-12**
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 30** Pasta Sin Huevo con Tomate
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Caballa en Aceite **4**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Zanahoria ECO. **12**
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 17** Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa **6-12**
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 24** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 31** Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Postre Especial **1-3-6T-7-8T-12T**

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Miércoles

- 4** Pasta Sin Huevo al Gratén **7**
Pollo Asado **12**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) **12**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 18** Pasta Sin Huevo al Gratén **7**
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 25** Arroz con Tomate
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5** Arroz con Tomate.
Bienmesabe Adobado. **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12** 
FESTIVO

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 19** Lentejas con Chorizo. **1T-12**
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 26** Pasta Sin Huevo Boloñesa
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 6** Garbanzos Estofados con Chorizo.
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Verduras Asadas
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

- 13** 
FESTIVO

- 20** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 27** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) **12**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

ALÉRGICOS
1-Gluten
2-Crustáceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
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.

Menú Castilla la Mancha Mixta Octubre

Sin Marisco - - CEIP Reina Sofía

Lunes

- 2** Crema de Calabacín ECO. **12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 9** Tallarines con Tomate **1-3T-6T-10T**
Tortilla Francesa con Atún. **3-4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 16** Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas **4-12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 23** Crema de Verduras ECO. **12**
Rotti de Pavo al Horno. **6-12**
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 30** Espaguetis con Tomate **1-3T-6T-10T**
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Zanahoria ECO. **12**
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 17** Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa **6-12**
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 24** Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 31** Sopa de Picadillo con Huevo Cocido **1-3T-3-6T-10T**
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Postre Especial **1-3-6T-7-8T-12T**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

- 4** Macarrones Gratinados **1-3T-6T-7-10T**
Pollo Asado **12**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11** Sopa de Cocido **1-3T-6T-10T**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 18** Coditos al Gratin **1-3T-6T-7-10T**
Bacalao al Horno **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 25** Arroz a la Cubana **3**
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5** Arroz con Tomate.
Bienmesabe Adobado. **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12** 
FESTIVO

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 26** Macarrones Boloñesa **1-3T-6T-10T**
Tortilla Francesa. **3**
Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 6** Garbanzos Estofados con Chorizo.
Tortilla Francesa **3**
Verduras Asadas
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13** 
FESTIVO

- 20** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 27** Sopa de Cocido **1-3T-6T-10T**
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustáceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramucos
- 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
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.

Menú Castilla la Mancha Mixta Octubre

Sin Frutos Secos ni Cacahuete - - CEIP Reina Sofia

Lunes

2 Crema de Calabacín ECO. **12**
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

9 Tallarines con Tomate **1-3T-6T-10T**
Tortilla Francesa con Atún. **3-4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16 Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas **4-12**

Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

23 Crema de Verduras ECO. **12**
Rotti de Pavo al Horno. **6-12**

Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

30 Espaguetis con Tomate **1-3T-6T-10T**

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

3 Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

10 Crema de Zanahoria ECO. **12**
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

17 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa **6-12**

Patatas Fritas **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

24 Lentejas Estofadas con Verduras. **1T-12**
Empanadillas de Atún **1-2T-3T-4-6T-7T-9T-10T-14T**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

31 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido **1-3T-3-6T-10T**
Crujiente de Bacalao **1-2T-3T-4-6T-7-9T-10T-12-14T**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Postre Especial **1-3-6T-7-8T-12T**

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Miércoles

4 Macarrones Gratinados **1-3T-6T-7-10T**
Pollo Asado **12**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11 Sopa de Cocido **1-3T-6T-10T**
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

18 Coditos al Gratén **1-3T-6T-7-10T**
Bacalao a la Andaluza **1-2T-3-4-7T-14T**

Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Arroz a la Cubana **3**
Salchichas de Pavo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

5 Arroz con Tomate.
Bienmesabe Adobado. **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 
FESTIVO

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

19 Lentejas con Chorizo. **1T-12**
Tortilla Francesa. **3**

Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

26 Macarrones Boloñesa **1-3T-6T-10T**
Merluza al Horno **2T-4-14T**


Calabacín Rehogado
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

6 Garbanzos Estofados con Chorizo.
Merluza al Horno **2T-4-14T**
Verduras Asadas
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

13 
FESTIVO

20 Arroz Tres Delicias **2-3-6-7-12T**
Croquetas de Jamón **1-2T-3T-4T-6T-7-14T**

Cena: Verdura + Ave + Fruta

27 Sopa de Cocido **1-3T-6T-10T**
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

ALÉRGICOS
1-Gluten
2-Crustáceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramucos
14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
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.