

## Lunes

1

Fideuá de Verduras 1-3T  
Tortilla de Patata 3-12Ensalada de Lechuga y Maíz 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 728 Lip: 29,93 Prot: 21,34 HC: 95,41

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8

Judías Verdes Rehogadas 12  
Fogonero con Tomate 4  
Patatas Panadera 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 558 Lip: 16,96 Prot: 32,76 HC: 71,15

Cena: Arroz + Carne + Fruta

15

Marmitako de Pescado 4-12  
Tortilla Francesa de York 3Ensalada de Lechuga y Tomate 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 591 Lip: 25,89 Prot: 24,85 HC: 67,44

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

## Martes

2

Crema de Verduras 9-12  
Rotti de Pavo al Horno 6-12Zanahorias Rehogadas  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 507 Lip: 19,80 Prot: 23,48 HC: 60,77

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

9

Patatas Guisadas con Magro 12  
Tortilla Francesa 3  
Ensalada de Lechuga y Tomate 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 575 Lip: 23,15 Prot: 27,33 HC: 66,72

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16

Coliflor Rehogada 12  
Escalope de PolloEnsalada de Lechuga y Cebolla 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 645 Lip: 30,71 Prot: 35,38 HC: 58,48

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

## Miércoles

3



FESTIVO

10

Paella de Marisco 2-4T-12-14  
Pollo Asado 12  
Ensalada de Lechuga y Maíz 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 704 Lip: 20,33 Prot: 44,05 HC: 91,47

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17

Judías Pintas Estofadas 12  
Buñuelos de Bacalao 1-2T-3-4-6T-7-8T-9T-14T  
Ensalada de Lechuga y Maíz 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 703 Lip: 25,89 Prot: 24,57 HC: 95,27

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

## Jueves

4

Arroz Tres Delicias 2-3-6-7-12T  
Fritura de Pescado (Empanadillas de Atún, Croquetas de Bacalao) 1-2-3-3T-4-6T-7-8T-9T-10T-14T  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada y Yogur 7

Kcal: 743,14 Lip: 28,20 Prot: 20,95 HC: 98,00

Cena: Verdura + Ave + Fruta

11

Sopa de Cocido 1-3T-12  
Albóndigas de Ternera en Salsa 1-6-12  
Patatas Dado en Guiso 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada y Yogur 7

Kcal: 770,31 Lip: 30,05 Prot: 30,27 HC: 94,46

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18

Ensalada Mixta 4-12  
Hot Dog 1-3T-6T-7T-10T-11T-12T  
Patatas Chips  
Pan y Agua 1  
Copa de Chocolate 1-5T-6T-7-8T

Kcal: 786,78 Lip: 37,66 Prot: 29,52 HC: 82,22

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Kcal: 820 Lip: 34,83 Prot: 27,74 HC: 99,78

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

7

Pasta con Atún 1-3T-4  
Cordon Bleu de Pollo 1-3-7  
Ensalada de Lechuga y Cebolla 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

14

Crema de Verduras 9-12  
Pasta Boloñesa 1-3T  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12  
Pan y Agua 1  
Fruta de Temporada

Kcal: 675 Lip: 18,22 Prot: 21,94 HC: 107,97

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

## ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 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 (V.N.): Energía (kcal) / Lípidos (g) / Proteínas (g) / Hidratos Carbono (g)  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA

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.