

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua
819 Kcal. 38,4g Prot. 76,07g H.C. 46,38g Lip.

🌱 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua
843 Kcal. 49,23g Prot. 126,5g H.C. 25,07g Lip.

🌱 🐟 🍌

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
746 Kcal. 31,45g Prot. 58,71g H.C. 41,21g Lip.

🌱 🐟 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 4

Arroz a la Milanesa
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua
856 Kcal. 29,04g Prot. 105g H.C. 47,68g Lip.

⚠️ 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua
867 Kcal. 41,37g Prot. 104,3g H.C. 32,03g Lip.

🌱 🐟 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua
745 Kcal. 30,03g Prot. 57,62g H.C. 41,84g Lip.

🐟 🍌 ⚠️ 🥛 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua
761 Kcal. 34,88g Prot. 99,25g H.C. 23,01g Lip.

🐟 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
771 Kcal. 35,96g Prot. 74,37g H.C. 36,75g Lip.

🌱 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua
712 Kcal. 30,99g Prot. 70,84g H.C. 31,4g Lip.

🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua
882 Kcal. 39,95g Prot. 109,4g H.C. 29,29g Lip.

🍌 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua
788 Kcal. 47,54g Prot. 76,7g H.C. 30,82g Lip.

🌱 🍌 🐟 🥛 🌊

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Huevos a la Villaroy
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua
748 Kcal. 28,7g Prot. 92,41g H.C. 36,54g Lip.

🌱 🍌 🥛 ⚠️ 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
644 Kcal. 30,79g Prot. 62,79g H.C. 30,99g Lip.

🌱 🍌 🥛 🥛 🍌

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua
706 Kcal. 23,73g Prot. 73,58g H.C. 37,88g Lip.

⚠️ 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua
799 Kcal. 34,8g Prot. 79,88g H.C. 35,54g Lip.

🌱 🍌

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua
624 Kcal. 36,62g Prot. 46,65g H.C. 28g Lip.

🐟 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Ternera

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua
802 Kcal. 31,55g Prot. 80,38g H.C. 37,5g Lip.

🌱 🍌 🥛 ⚠️ 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
884 Kcal. 42,38g Prot. 62,66g H.C. 58,7g Lip.

🌱 🍌 🥛 🥛 🍌

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua
823 Kcal. 42,38g Prot. 109g H.C. 32,96g Lip.

🐟 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua
782 Kcal. 30,31g Prot. 91,32g H.C. 40,9g Lip.

🌱 🍌 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua
809 Kcal. 37,67g Prot. 62,46g H.C. 43,62g Lip.

🍌 🥛 ⚠️ 🥛 🌱

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua
883 Kcal. 36,72g Prot. 93,7g H.C. 60,44g Lip.

🌱 🍌 🥛 🥛

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
781 Kcal. 36,6g Prot. 72,82g H.C. 36,47g Lip.

🐟 🌱 🥛 🥛 🍌

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pavo

VIERNES 1

(Empty box)

LEYENDA

- 🌱 - cacahuete
- 🍌 - mostaza
- 🥛 - apio
- 🌱 - soja
- 🌊 - moluscos
- 🐟 - altramuces
- 🥛 - frutos de cáscara
- 🥛 - crustáceos
- 🥛 - sésamo
- 🥛 - sulfitos
- 🌱 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🥛 - huevo
- 🥛 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos



LUNES 6

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

718 Kcal. 33,11g Prot. 83,44g H.C. 25,62g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

718 Kcal. 33,11g Prot. 83,44g H.C. 25,62g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

705 Kcal. 31,98% Prot. 87,53% H.C. 23,44% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

639 Kcal. 27,84g Prot. 63,9g H.C. 28,43g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

698 Kcal. 24,26g Prot. 73,06g H.C. 32,73g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

735 Kcal. 30,72g Prot. 60,85g H.C. 37,1g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

546 Kcal. 24,02g Prot. 46,1g H.C. 33,48g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

631 Kcal. 38,02% Prot. 61,38% H.C. 24,66% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua

528 Kcal. 29,29g Prot. 37,32g H.C. 22,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Ternera

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

647 Kcal. 30,13g Prot. 49,97g H.C. 34,9g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduras Dado
Fruta, Pan y Agua

734 Kcal. 39,39g Prot. 117,2g H.C. 20,06g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

609 Kcal. 27,92g Prot. 79,4g H.C. 18,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Huevos a la Villaroy
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

678 Kcal. 22,96% Prot. 73,92% H.C. 29,22% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

641 Kcal. 25,25g Prot. 64,31g H.C. 30g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

767 Kcal. 29,37g Prot. 74,95g H.C. 48,35g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

596 Kcal. 25,15g Prot. 46,97g H.C. 32,97g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

617 Kcal. 28,77g Prot. 59,5g H.C. 29,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

514 Kcal. 24,63% Prot. 50,22% H.C. 24,79% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

787 Kcal. 33,91g Prot. 50,13g H.C. 46,96g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

625 Kcal. 29,28g Prot. 58,26g H.C. 29,1g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pavo

VIERNES 4

Arroz a la Milanesa
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

765 Kcal. 23,24g Prot. 83,99g H.C. 38,14g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

570 Kcal. 24,8g Prot. 56,67g H.C. 25,12g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

644 Kcal. 18,99% Prot. 58,87% H.C. 30,3% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

738 Kcal. 33,92g Prot. 86,93g H.C. 26,37g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

738 Kcal. 33,92g Prot. 86,93g H.C. 26,37g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Infantil





LUNES 6
Crema de Zanahorias
Con Pescado
Yogur

MARTES 1
Crema de Zanahorias
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 2
Crema de Puerros
Con Pescado
Yogur

JUEVES 3
Crema de Calabaza
Con Pollo
Yogur

VIERNES 4
Crema de Verduras con Arroz
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 7
Crema Hortelana
Con Pescado
Yogur

MARTES 8
Puré de Patata y Zanahoria
Con Jamón
Yogur

MIÉRCOLES 9
Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado
Yogur

JUEVES 10
Crema de Puerros
Con Ternera
Yogur

VIERNES 11
Crema de Coliflor
Con Pollo
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 14
Puré Vegetal con Arroz
Con Jamón
Yogur

MARTES 15
Crema de Judías Verdes
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 16
Crema de Guisantes
Con Pescado
Yogur

JUEVES 17
Crema de Calabaza
Con Pollo
Yogur

VIERNES 18
Crema de Espinacas
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 21
Crema de Judías Verdes
Con Jamón
Yogur

MARTES 22
Crema Parmentier
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 23
Crema de Zanahorias
Con Pollo
Yogur

JUEVES 24
Crema de Calabacín
Con Ternera
Yogur

VIERNES 25
Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 28
Crema de Puerros
Con Jamón
Yogur

MARTES 29
Crema de Calabacín
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 30
Crema de Verduras con Arroz
Con Pollo
Yogur

JUEVES 31
Crema de Acelgas y Zanah
Con Pescado
Yogur

VIERNES 31
Crema de Verduras con Arroz
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LEYENDA

- cacahuete	- altramuces	- gluten
- mostaza	- frutos de cáscara	- pescado
- apio	- crustáceos	- huevo
- soja	- sésamo	- leche
- moluscos	- sulfitos	- puede contener trazas de varios alérgenos

Triturados





LUNES 6
Crema de Zanahorias
Con Pescado
Yogur

MARTES 1
Crema de Zanahorias
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 2
Crema de Puerros
Con Pescado
Yogur

JUEVES 3
Crema de Calabaza
Con Pollo
Yogur

VIERNES 4
Crema de Verduras con Arroz
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 7
Crema Hortelana
Con Pescado
Yogur

MARTES 8
Puré de Patata y Zanahoria
Con Jamón
Yogur

MIÉRCOLES 9
Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado
Yogur

JUEVES 10
Crema de Puerros
Con Ternera
Yogur

VIERNES 11
Crema de Coliflor
Con Pollo
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 14
Puré Vegetal con Arroz
Con Jamón
Yogur

MARTES 15
Crema de Judías Verdes
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 16
Crema de Guisantes
Con Pescado
Yogur

JUEVES 17
Crema de Calabaza
Con Pollo
Yogur

VIERNES 18
Crema de Espinacas
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 21
Crema de Judías Verdes
Con Jamón
Yogur

MARTES 22
Crema Parmentier
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 23
Crema de Zanahorias
Con Pollo
Yogur

JUEVES 24
Crema de Calabacín
Con Ternera
Yogur

VIERNES 25
Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 28
Crema de Puerros
Con Jamón
Yogur

MARTES 29
Crema de Calabacín
Con Pescado
Yogur

MIÉRCOLES 30
Crema de Verduras con Arroz
Con Pollo
Yogur

JUEVES 31
Crema de Acelgas y Zanah
Con Pescado
Yogur

VIERNES 31
Crema de Verduras con Arroz
Con Ternera
Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🐟 - pescados
- 🥚 - huevo
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🌿 - mostaza
- 🍌 - frutos de cáscara
- 🌱 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🌾 - soja
- 🌱 - sésamo
- 🐚 - moluscos
- 🧂 - sulfitos

Purés





LUNES 6

Pasta en Salsa
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
Filete Ruso Casero en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta en Salsa
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas Caseras a la Jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones con J. York Extra
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LUNES 28

Lacitos con Tomate
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr. De Jamón York Extra
Ens de Lechuga y Remolacha
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo en Salsa
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Alergia a la proteína de la leche o Intolerancia a la Lactosa





MARTES 1
Judías Pintas con Arroz
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Remolacha 🥗
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

MIÉRCOLES 2
Espaguetis con Verduras 🥗
Palometa al Limón 🐟
Verduritas Dado 🍌
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3
Crema de Calabaza
Pollo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

VIERNES 4
Arroz a la Milanese
Filete Ruso Casero en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua 🍌

MARTES 8
Marmitako 🐟
Lomo a la Plancha
Ensalada Mixta 🥗
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

MIÉRCOLES 9
Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína 🐟
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua 🍌

JUEVES 10
Sopa de Fideos
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

VIERNES 11
Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua 🍌

MARTES 15
Macarrones con Chorizo 🐟🥘
Abadejo a la Marinera 🐟🥘
Ensalada Mixta 🥗
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

MIÉRCOLES 16
Lentejas a la Burgalesa
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla 🥗
Fruta, Pan y Agua 🍌

JUEVES 17
Sopa de Fideos
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

VIERNES 18
Crema de Espinacas
Albóndigas Caseras a la Jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua 🍌

MARTES 22
Crema Parmentier
Palometa con Tomate 🐟
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

MIÉRCOLES 23
Macarrones con J. York Extra
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate 🥗
Fruta, Pan y Agua 🍌

JUEVES 24
Judías Blancas Guisadas
Escalopines en Salsa
Ens de Lechuga y Zanah 🥗
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

VIERNES 25
Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra 🐟
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua 🍌

MARTES 29
Patatas a la Riojana
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Remolacha 🥗
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

MIÉRCOLES 30
Arroz Oriental 🍌🥘
Pollo a la Pizzaiola 🐟
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua 🍌

JUEVES 31
Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana 🐟
Ensalada Verde 🥗
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🥜 - altramuces
- 🍌 - gluten
- 🥛 - mostaza
- 🦀 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🥚 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌱 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐌 - moluscos
- 🌿 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

ALERGIA AL HUEVO





MARTES 1
Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2
Espaguetis con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3
Crema de Calabaza
Pollo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4
Arroz a la Milanesea
Filete Ruso Casero en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8
Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9
Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10
Sopa de Fideos
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11
Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15
Macarrones con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16
Guisantes con Jamón
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17
Sopa de Fideos
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18
Crema de Espinacas
Albóndigas Caseras a la Jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22
Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23
Macarrones con J. York Extra
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24
Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25
Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29
Patatas a la Riojana
Tortilla Fr. De J. York Extra y Que:
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30
Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31
Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

CELIACOS



LUNES 6

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo en Salsa
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

ALERGIA AL MARISCO





LUNES 6

Pasta Cremoso Champi
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Chuleta de Cerdo a la Plancha
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8

Patatas Guisadas
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Fil de Pollo en Salsa
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Lacón al Horno
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
Filete Ruso
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Lomo a la Plancha
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Blanqueta de Magro
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

Arroz con Pollo
Lomo a la Plancha
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

ALERGIA AL PESCADO





LUNES 6

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

ALERGIA A LOS FRUTOS SECOS





LUNES 6

MARTES 1
 Crema de Verduras
 Tortilla Fr de Calabacín
 Ens de Lechuga y Remolacha
 Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2
 Tallarines con Verduras
 Palometa al Limón
 Verduritas Dado
 Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3
 Crema de Calabaza
 Pollo en Pepitoria
 Patatas Fritas
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4
 Arroz a la Milanese
 Filete Ruso Casero en Salsa
 Zanahoria Baby
 Fruta, Pan y Agua

LUNES 7
 Pasta Cremoso Champi
 Fil de Merluza a la Andaluza
 Ens de Lechuga y Maiz
 Fruta, Pan y Agua

MARTES 8
 Marmitako
 Tortilla de Jamón de Pavo
 Ensalada Mixta
 Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9
 Arroz con Magro
 Bacalao a la Vizcaína
 Zanahoria Glaseada
 Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10
 Sopa de Fideos
 Ternera con Verduritas
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11
 Crema de Dubarry
 Pollo Asado
 Patatas Panadera
 Fruta, Pan y Agua

LUNES 14
 Arroz Tres Delicias
 Magro Tikka Masala
 Zanahoria Baby
 Fruta, Pan y Agua

MARTES 15
 Espirales con Chorizo
 Abadejo a la Marinera
 Ensalada Mixta
 Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16
 Crema de Zanahorias
 Tortilla Francesa
 Ens de Lechuga y Cebolla
 Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17
 Sopa de Estrellas
 Jamoncitos en Salsa
 Menestra Rehogada
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18
 Crema de Espinacas
 Albóndigas Caseras a la Jardinera
 Patatas Dado
 Fruta, Pan y Agua

LUNES 21
 Acelgas Cacereñas
 Filete de Cerdo Empanado
 Arroz Pilaf
 Fruta, Pan y Agua

MARTES 22
 Crema Parmentier
 Palometa con Tomate
 Patatas Fritas
 Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23
 Macarrones con J. York Extra
 Contramuslo a la Plancha
 Ens de Lechuga y Tomate
 Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24
 Crema de Verduras
 Tortilla Paisana
 Ens de Lechuga y Zanah
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25
 Arroz con Pollo
 Merluza a la Navarra
 Verduras Salteadas
 Fruta, Pan y Agua

LUNES 28
 Lacitos a la Aurora
 Salchichas al Horno
 Patatas Fritas
 Fruta, Pan y Agua

MARTES 29
 Patatas a la Riojana
 Tortilla Fr. De J. York Extra y Que:
 Ens de Lechuga y Remolacha
 Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30
 Arroz Oriental
 Pollo a la Pizzaiola
 Calabacín Salteado
 Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31
 Crema de Acelgas y Zanah
 Abadejo a la Romana
 Ensalada Verde
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

ALERGIA A LAS LEGUMBRES



LUNES 6

Pasta Cremoso Champi
Filete de Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas al Vapor
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
File de Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua

MARTES 8

Marmitako
Tortilla de Jamón de Pavo
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo a la Plancha
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Panadera
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas al Vapor
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Plancha
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 31

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

DIETA HIPOCALÓRICA





MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 2

Tallarines con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas al Vapor
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 4

Arroz a la Milanesa
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua



LUNES 7

Pasta Cremoso Champi
Fil de Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua



MARTES 8

Marmitako
Lomo a la Plancha
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua



LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua



MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua



LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo a la Plancha
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua



MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Panadera
Yogur o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 23

Macarrones Carbonara
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Escalopines en Salsa
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua



LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Patatas al Vapor
Fruta, Pan y Agua



MARTES 29

Patatas a la Riojana
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Plancha
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- almendras
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

LEYENDA

COLESTEROL



MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 2

Espaguetis con Verduras
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Salsa
Patatas Fritas
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 4

Arroz con Tomate
Filete Ruso Casero en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

LUNES 7

Pasta en Salsa
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta, Pan y Agua



MARTES 8

Marmitako
Tortilla Francesa
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 10

Sopa de Fideos
Cocido Completo
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 11

Crema de Dubarry
Pollo Asado
Patatas Panadera
Fruta, Pan y Agua

LUNES 14

Arroz con Verduras
Magro en Salsa
Zanahoria Baby
Fruta, Pan y Agua

MARTES 15

Macarrones con Tomate
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 16

Guisantes con Cebolla
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 17

Sopa de Fideos
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas Caseras a la Jardinera
Patatas Dado
Fruta, Pan y Agua

LUNES 21

Judías Verdes Rehogadas
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta, Pan y Agua



MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 23

Macarrones en Salsa
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla de Patata
Ens de Lechuga y Zanah
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
Fruta, Pan y Agua



LUNES 28

Macarrones con Tomate
Lomo a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas Guisadas
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Remolacha
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo en Salsa
Calabacín Salteado
Fruta, Pan y Agua



JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Ensalada Verde
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua



- | | | |
|-------------|---------------------|---|
| - cacahuete | - altramuces | - gluten |
| - mostaza | - frutos de cáscara | - pescado |
| - apio | - crustáceos | - huevo |
| - soja | - sésamo | - leche |
| - moluscos | - sulfitos | - puede contener trazas de varios alérgenos |

LEYENDA

GLUTEN, LACTOSA Y PROCESADOS