

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza (Harina sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

13 Judías Pintas Estofadas
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Natillas de Vainilla
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

DÍA ESPECIAL

7 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)
Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

8



FESTIVO

15 Judías Verdes Rehogadas
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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.