

Lunes

25 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Lacitos con Tomate, Orégano y Queso Farfalle, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 502 **Lip:** 13,08 **Prot:** 14,94 **HC:** 80,79 **AGS:** 3,35 **Azu:** 18,08 **Sal:** 1,23

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

1 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Coditos con Tomate y Huevo Tiburon, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 529 **Lip:** 14,81 **Prot:** 15,28 **HC:** 83,55 **AGS:** 2,71 **Azu:** 19,29 **Sal:** 0,78

Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

8 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Arroz al Horno con Pavo Arroz Vaporizado Eco, Pavo Dado Cong, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 584 **Lip:** 20,06 **Prot:** 15,68 **HC:** 84,80 **AGS:** 3,05 **Azu:** 19,20 **Sal:** 0,58

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

15 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan

Sandía

Kcal: 529 **Lip:** 19,21 **Prot:** 12,15 **HC:** 76,10 **AGS:** 2,90 **Azu:** 5,07 **Sal:** 1,52

Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta

Martes

26 Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

NECTARINA Nectarina

Kcal: 523 **Lip:** 21,48 **Prot:** 17,43 **HC:** 66,28 **AGS:** 3,82 **Azu:** 16,40 **Sal:** 1,54

Cena: Arroz + Ave + Lácteo o Fruta

2 Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Palometa al Horno al Limón Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Sandía

Kcal: 470 **Lip:** 19,59 **Prot:** 24,62 **HC:** 49,80 **AGS:** 2,79 **Azu:** 2,05 **Sal:** 0,52

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

9 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PERA Pera

Kcal: 552 **Lip:** 24,45 **Prot:** 17,95 **HC:** 66,48 **AGS:** 4,23 **Azu:** 16,17 **Sal:** 1,49

Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta

16 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Pollo Alas, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Eco Oregano Hoja

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

NARANJA Naranja

Kcal: 406 **Lip:** 16,90 **Prot:** 19,92 **HC:** 45,40 **AGS:** 3,01 **Azu:** 9,06 **Sal:** 0,53

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

27 Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Duro Barra Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pinchito de Pollo Rustido Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Tomillo Hoja Eco

Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 466 **Lip:** 19,55 **Prot:** 24,54 **HC:** 48,29 **AGS:** 5,07 **Azu:** 15,51 **Sal:** 0,56

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 380 **Lip:** 18,35 **Prot:** 15,97 **HC:** 38,42 **AGS:** 5,55 **Azu:** 17,63 **Sal:** 0,54

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

10 Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Duro Barra Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga Pollo, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Tomate Frito Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 432 **Lip:** 17,28 **Prot:** 23,87 **HC:** 46,28 **AGS:** 4,50 **Azu:** 17,57 **Sal:** 0,50

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 380 **Lip:** 18,35 **Prot:** 15,97 **HC:** 38,42 **AGS:** 5,55 **Azu:** 17,63 **Sal:** 0,54

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Jueves

28 Puchero Garbanzo Eco, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco

Hamburguesa de Pavo a la Plancha Hamburguesa de Pavo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

MANDARINA Mandarina

Kcal: 453 **Lip:** 19,62 **Prot:** 20,97 **HC:** 45,34 **AGS:** 4,32 **Azu:** 8,20 **Sal:** 1,08

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

4 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo Eco, Agua, Espinacas Porción Eco

Jamonicito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Puerro Rodaja Eco

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 437 **Lip:** 18,89 **Prot:** 21,03 **HC:** 43,21 **AGS:** 3,11 **Azu:** 10,17 **Sal:** 0,40

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

11 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

NECTARINA Nectarina

Kcal: 471 **Lip:** 15,01 **Prot:** 12,87 **HC:** 71,82 **AGS:** 3,19 **Azu:** 11,19 **Sal:** 1,21

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Coditos con Tomate y Huevo Tiburon, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 532 **Lip:** 14,81 **Prot:** 15,66 **HC:** 84,03 **AGS:** 2,76 **Azu:** 22,73 **Sal:** 0,74

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

Viernes

29 Arroz a la Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Zanahoria, Pimiento Verde Dado Eco

Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Sandía

Kcal: 495 **Lip:** 18,54 **Prot:** 17,64 **HC:** 63,88 **AGS:** 2,97 **Azu:** 3,60 **Sal:** 0,60

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

5 Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Taisoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

NARANJA Naranja

Kcal: 569 **Lip:** 23,49 **Prot:** 12,67 **HC:** 73,66 **AGS:** 3,56 **Azu:** 13,09 **Sal:** 1,73

Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta

12 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lenteja Marron Pardina Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Sandía

Kcal: 441 **Lip:** 16,46 **Prot:** 22,64 **HC:** 51,26 **AGS:** 2,61 **Azu:** 2,04 **Sal:** 0,52

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

19 Cazuela de Patatas con Verduras Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Salmon Rosado Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PERA Pera

Kcal: 445 **Lip:** 21,72 **Prot:** 20,12 **HC:** 43,41 **AGS:** 3,50 **Azu:** 10,98 **Sal:** 0,55

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta