

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7 14 21 28	8 15 22 29	9 16 23 30	10 17 24 1	11 18 25 2
Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg, gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan NECTARINA Kcal: 584 Lip: 24,95 Prot: 26,55 HC: 60,42 AGS: 4,41 Azu: 6,18 Sal: 1,06 Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta	Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral MANZANA Manzana Royal Gala Kcal: 757 Lip: 30,07 Prot: 26,64 HC: 94,95 AGS: 5,12 Azu: 8,06 Sal: 1,62 Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta	Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Duro Barra Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jnros Gallego, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Kcal: 541 Lip: 26,97 Prot: 26,06 HC: 56,20 AGS: 5,54 Azu: 20,06 Sal: 0,89 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Puchero Garbanzo Eco, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Eco Oregano Hoja Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan PLÁTANO Platano Banana Kcal: 714 Lip: 20,17 Prot: 34,90 HC: 92,01 AGS: 3,66 Azu: 28,10 Sal: 0,65 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta	Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral PERA Pera Kcal: 696 Lip: 21,81 Prot: 23,54 HC: 103,35 AGS: 3,30 Azu: 25,26 Sal: 0,50 Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco Estofado de Cerdo en Salsa con Verduras Cerdo Dado Cong, Ensaladilla, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan MANZANA Manzana Royal Gala Kcal: 522 Lip: 21,23 Prot: 24,05 HC: 59,42 AGS: 3,64 Azu: 9,48 Sal: 0,92 Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	Espirales Integrales con Tomate Espirales Int, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Agua Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral NECTARINA Kcal: 705 Lip: 19,95 Prot: 25,25 HC: 105,25 AGS: 2,95 Azu: 6,37 Sal: 0,99 Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6° Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Puerro Rodaja Eco Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Kcal: 546 Lip: 24,99 Prot: 27,75 HC: 54,05 AGS: 7,14 Azu: 18,64 Sal: 0,65 Cena: Pasta + Huevo + Fruta	Puchero Garbanzo Eco, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan PERA Pera Kcal: 696 Lip: 24,19 Prot: 33,50 HC: 80,52 AGS: 3,74 Azu: 19,82 Sal: 0,68 Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta	Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Huevo Cocido con Pisto de Verduras al Horno Pisto Verdura Ratatouille, Huevo Cocido, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 PLÁTANO Platano Banana Kcal: 699 Lip: 22,22 Prot: 18,34 HC: 103,50 AGS: 4,61 Azu: 33,51 Sal: 1,45 Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta
Lacitos con Tomate Farfalle, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Huevo Cocido con Patatas a lo Pobre Patata Panadera Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan MANZANA Manzana Royal Gala Kcal: 640 Lip: 21,31 Prot: 20,32 HC: 92,31 AGS: 4,39 Azu: 7,22 Sal: 1,05 Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña Hamburguesa de Pavo, Cebolla Dado Eco, Patata Dado 20x20, 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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral PLÁTANO Platano Banana Kcal: 562 Lip: 22,15 Prot: 21,21 HC: 69,86 AGS: 5,29 Azu: 26,51 Sal: 1,40 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta	Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Tomate, Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Solomillo de Pollo Rustido Pollo Solomillo, Aceite Oliva Virgen Extra, Patata Dado, Curcuma Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Ajo Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Kcal: 495 Lip: 17,92 Prot: 27,16 HC: 56,22 AGS: 4,12 Azu: 16,03 Sal: 0,70 Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria, Pimiento Verde Dado Eco, Cebolla Garbanzos Encebollados Cebolla Dado Eco, Garbanzo Eco, Patata Dado 20x20 Eco, Pimiento Verde Dado Eco Pan Blanco Banquete Pan MANDARINA Mandarina Kcal: 807 Lip: 17,54 Prot: 26,20 HC: 126,49 AGS: 2,62 Azu: 18,68 Sal: 0,69 Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Salmon al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Salmon Rosado Porcion, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco 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 PERA Pera Kcal: 700 Lip: 20,72 Prot: 40,67 HC: 91,97 AGS: 3,13 Azu: 23,25 Sal: 0,66 Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Lunes

5

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Jureles al Horno Encebollados Jurel Filete, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º
Pan Blanco Banquete Pan

MANDARINA Mandarina

Kcal: 696 Lip: 24,65 Prot: 41,75 HC: 77,43 AGS: 3,92 Azu: 20,23 Sal: 0,87

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo o Fruta

Martes

6

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Agua, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
PERA Pera

Kcal: 753 Lip: 13,49 Prot: 25,61 HC: 132,97 AGS: 1,99 Azu: 23,11 Sal: 0,99

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

7

Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º
Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Sal Yodada
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 502 Lip: 23,43 Prot: 21,97 HC: 52,22 AGS: 6,54 Azu: 18,81 Sal: 0,65

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

8

Puchero Garbanzo Eco, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco
Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, 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 6º, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 764 Lip: 24,91 Prot: 35,53 HC: 93,18 AGS: 4,33 Azu: 27,15 Sal: 0,43

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

Viernes

9

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Huevo Cocido con Arroz Integral Hervido y Tomate Huevo Cocido, Arroz Integral Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
MANZANA Manzana Royal Gala

Kcal: 558 Lip: 19,88 Prot: 15,99 HC: 77,12 AGS: 4,19 Azu: 4,60 Sal: 0,88

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta