

Lunes

- 12**  **FESTIVO**
Macarrones Integrales con Tomate
Macarron Int 3kg, gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza
Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

MANDARINA Mandarina

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

- 19**
Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco
Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Panadera Eco, Huevo Líquido, Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado 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

NARANJA Naranja
Kcal: 492 **Lip:** 24,39 **Prot:** 15,18 **HC:** 55,65 **AGS:** 4,47 **Azu:** 16,94 **Sal:** 0,74
Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

- 26**
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, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

NARANJA Naranja
Kcal: 605 **Lip:** 21,92 **Prot:** 26,26 **HC:** 73,65 **AGS:** 4,08 **Azu:** 19,08 **Sal:** 1,07
Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

- 2**  **FESTIVO**
Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco
Estofado de Cerdo en Salsa con Verduras Ensaladilla, Cerdo Dado Cong, Agua, Tomate Frito Eco
Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

MANDARINA Mandarina

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

Martes

- 13**
Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Contramuslo de Pollo Asado Pollo Contramuslo S/h S/p, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
NARANJA Naranja
Kcal: 457 **Lip:** 26,39 **Prot:** 23,49 **HC:** 50,73 **AGS:** 3,12 **Azu:** 15,46 **Sal:** 0,68
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 20**
Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Orégano Hoja
Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria 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
MANZANA Manzana Royal Gala
Kcal: 700 **Lip:** 26,91 **Prot:** 29,83 **HC:** 83,78 **AGS:** 5,59 **Azu:** 5,95 **Sal:** 1,10
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 27**
Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Panadera Eco, Huevo Líquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
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: 701 **Lip:** 27,26 **Prot:** 27,80 **HC:** 87,19 **AGS:** 5,02 **Azu:** 4,57 **Sal:** 0,66
Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

- 3**
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
NARANJA Naranja
Kcal: 762 **Lip:** 20,40 **Prot:** 26,46 **HC:** 118,13 **AGS:** 3,19 **Azu:** 19,27 **Sal:** 1,00
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 14**
Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albóndiga 90% Pollo S/glu, ortola, Guisante Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado 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: 591 **Lip:** 28,70 **Prot:** 34,87 **HC:** 49,01 **AGS:** 7,09 **Azu:** 17,12 **Sal:** 0,88
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 21**
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, Perejil Eco, hnos Gallego, Ajo Picado Eco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
Kcal: 487 **Lip:** 23,11 **Prot:** 21,13 **HC:** 50,11 **AGS:** 6,53 **Azu:** 18,50 **Sal:** 0,67
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 28**
Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albóndiga 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, hnos Gallego, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
Kcal: 528 **Lip:** 26,70 **Prot:** 25,34 **HC:** 54,40 **AGS:** 5,55 **Azu:** 19,79 **Sal:** 0,90
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 4**
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, Cebolla Dado Eco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
Kcal: 532 **Lip:** 24,67 **Prot:** 26,92 **HC:** 51,94 **AGS:** 7,12 **Azu:** 18,33 **Sal:** 0,67
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

- 15**
Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

MANZANA Manzana Royal Gala
Kcal: 730 **Lip:** 13,90 **Prot:** 23,53 **HC:** 120,72 **AGS:** 2,11 **Azu:** 4,41 **Sal:** 0,83
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 22**
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 Blanco Banquete Pan

PERA Pera
Kcal: 684 **Lip:** 21,46 **Prot:** 23,13 **HC:** 102,21 **AGS:** 3,42 **Azu:** 25,27 **Sal:** 0,48
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 29**
Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana
Kcal: 804 **Lip:** 17,85 **Prot:** 23,44 **HC:** 138,74 **AGS:** 2,88 **Azu:** 27,53 **Sal:** 0,70
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 5**
Puchero Agua, Garbanzo, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
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:** 33,51 **HC:** 80,50 **AGS:** 3,87 **Azu:** 19,82 **Sal:** 0,68
Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 16**
Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Panadera Eco, Huevo Líquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
PERA Pera
Kcal: 751 **Lip:** 27,63 **Prot:** 28,18 **HC:** 100,94 **AGS:** 4,99 **Azu:** 24,17 **Sal:** 0,70
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 23**
Puchero Agua, Garbanzo, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Laurel Polvo Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
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
PLÁTANO Platano Banana
Kcal: 733 **Lip:** 21,85 **Prot:** 33,75 **HC:** 93,13 **AGS:** 4,02 **Azu:** 28,10 **Sal:** 0,65
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

- 30**
Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Eco Oregano Hoja
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
PERA Pera
Kcal: 609 **Lip:** 19,22 **Prot:** 25,93 **HC:** 83,01 **AGS:** 3,16 **Azu:** 21,52 **Sal:** 0,84
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 6**
Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Panadera Eco, Huevo Líquido, Calabacín Dado Eco, Cebolla 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
PLÁTANO Platano Banana
Kcal: 731 **Lip:** 24,38 **Prot:** 17,93 **HC:** 108,76 **AGS:** 4,61 **Azu:** 30,20 **Sal:** 1,09
Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta