

## Lunes

**24** Crema Hortelana Patata Dado, Calabaza, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Tomate Frito Eco Bib, Tomate Triturado

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 752 **Lip:** 21,01 **Prot:** 17,42 **HC:** 123,87 **AGS:** 3,32 **Azu:** 35,03 **Sal:** 1,37

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

**3** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 618 **Lip:** 17,50 **Prot:** 15,10 **HC:** 103,87 **AGS:** 4,07 **Azu:** 5,95 **Sal:** 2,07

**Cena:** Patata + Carne + Fruta o Lácteo

**10** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Cebolla, Aceite O.v.e. Eco

Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco Bib, Queso Rallado Mix, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 679 **Lip:** 17,37 **Prot:** 18,04 **HC:** 112,43 **AGS:** 3,88 **Azu:** 37,88 **Sal:** 2,06

**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta o Lácteo

**17** Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Calabacin, Cebolla

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla, Perejil

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 618 **Lip:** 18,07 **Prot:** 13,34 **HC:** 100,25 **AGS:** 4,19 **Azu:** 5,37 **Sal:** 2,17

**Cena:** Patata + Carne + Fruta o Lácteo

## Martes

**25** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Calabacin, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 825 **Lip:** 30,36 **Prot:** 28,03 **HC:** 113,68 **AGS:** 5,11 **Azu:** 29,93 **Sal:** 2,53

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

**4** Crema de Verduras Patata Dado, Calabacin, Calabaza, Zanahoria Dado Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Ajo Pelado, Sal Fina Yodada

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada, Agrio Limon

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 664 **Lip:** 22,58 **Prot:** 22,50 **HC:** 95,46 **AGS:** 3,96 **Azu:** 33,56 **Sal:** 1,39

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

**11** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Poton Limpio Tacos, Zanahoria Dado Eco, Agua

Pan Blanco Banquete  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

**Kcal:** 614 **Lip:** 17,31 **Prot:** 24,76 **HC:** 90,28 **AGS:** 3,84 **Azu:** 19,41 **Sal:** 1,55

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

**18** Crema Hortelana Patata Dado, Calabaza, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado, Ternera Dado Cong, Zanahoria Rodaja, Cebolla

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 678 **Lip:** 16,30 **Prot:** 27,65 **HC:** 108,65 **AGS:** 3,50 **Azu:** 36,02 **Sal:** 1,37

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

## Miércoles

**26** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Pícada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

**Kcal:** 658 **Lip:** 19,79 **Prot:** 27,88 **HC:** 91,10 **AGS:** 4,26 **Azu:** 22,15 **Sal:** 1,71

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

**5** Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

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

Pan Blanco Banquete  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

**Kcal:** 656 **Lip:** 19,69 **Prot:** 24,70 **HC:** 97,82 **AGS:** 4,31 **Azu:** 29,52 **Sal:** 1,45

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**12** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Tomate Triturado

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 799 **Lip:** 30,36 **Prot:** 28,03 **HC:** 104,36 **AGS:** 5,15 **Azu:** 27,56 **Sal:** 2,38

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta o Lácteo

**19** Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Maiz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla

Pan Blanco Banquete  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

**Kcal:** 696 **Lip:** 21,87 **Prot:** 30,44 **HC:** 91,62 **AGS:** 5,20 **Azu:** 26,44 **Sal:** 1,54

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

## Jueves

**27** Crema de Calabacín Calabacin, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 605 **Lip:** 24,71 **Prot:** 23,92 **HC:** 74,78 **AGS:** 7,14 **Azu:** 17,10 **Sal:** 2,29

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**6** Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla, Vino Blanco Br

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 731 **Lip:** 23,25 **Prot:** 29,44 **HC:** 84,40 **AGS:** 3,71 **Azu:** 18,38 **Sal:** 1,79

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo

**13** Crema de Calabacín Calabacin, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco Bib, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 554 **Lip:** 22,85 **Prot:** 22,04 **HC:** 74,12 **AGS:** 3,45 **Azu:** 8,35 **Sal:** 1,52

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta o Lácteo

**20** Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado, Garbanzo Chico Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Patata Dado, Cebolla

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 745 **Lip:** 26,68 **Prot:** 35,40 **HC:** 94,49 **AGS:** 4,17 **Azu:** 29,47 **Sal:** 1,59

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

## Viernes

**28** Lentejas con Verduras cocidas Patata Dado, Lenteja Pardina, Pimiento Verde, Cebolla

Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza Filete, Aceite O.v.e. Eco, Patata Dado, Pimiento Verde

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta o Lácteo

**7** Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Cebolla, Aceite O.v.e. Eco

Salmon al Horno en Salsa Salmon, Patate Dado, Cebolla, Agrio Limon

Menestra al Vapor (guarnición) Menestra, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla, Ajo Pelado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 511 **Lip:** 23,05 **Prot:** 25,07 **HC:** 52,76 **AGS:** 3,80 **Azu:** 24,07 **Sal:** 1,28

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta o Lácteo

**14** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Sal Fina Yodada

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 723 **Lip:** 24,97 **Prot:** 39,43 **HC:** 89,44 **AGS:** 3,67 **Azu:** 20,01 **Sal:** 1,89

**Cena:** Ensalada + Carne + Fruta o Lácteo

**21** Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Bagre Filete S/p, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla, Vinagrevinoblanco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Fruta de Temporada

**Kcal:** 592 **Lip:** 31,98 **Prot:** 38,39 **HC:** 74,67 **AGS:** 5,43 **Azu:** 19,01 **Sal:** 1,64

**Cena:** Patata + Carne + Fruta o Lácteo

