

Lunes

26 Crema de Calabaza Calabaza Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

3 Potaje de Garbanzos con Calabacín Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
 Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

10 Potaje de Lentejas con Calabaza Patata Dado Eco, Lentejas, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla de Patata y Cebolla Tortilla Patata/cabo 700g A.o.
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

17 Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Ensalada Primavera Ensalada Primavera, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Martes

27 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín
Ensalada Primavera Ensalada Primavera, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

4 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Hamburguesa de Ternera con Cebolla Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

11 Crema de Verdura Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

18 Crema de Calabaza Calabaza Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Horno Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

Miércoles

28 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo duro Ensalada 4 Estaciones, Huevo Duro, Maíz Dulce, Vinagre
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado
 Pan Blanco Pan
 Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

5 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Lentejas Guisadas con Carne Lentejas, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco
 Pan Blanco Pan
 Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

12 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo duro Ensalada 4 Estaciones, Huevo Duro, Maíz Dulce, Vinagre
Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Gruesos, Patata Dado Eco, Poton
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

19 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
 Pan Blanco Pan
 Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Jueves

29 Crema de Pescado (Emblanco) Patata Dado Eco, Bacalao Taquitos, Cebolla Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Espirales con Tomate y Queso Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo

6 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas
Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

13 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picada, Tomate Frito Eco
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

20 Cazuela de Patatas con Bacalao Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Bacalao Taquitos, Tomate Triturado
Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Queso Rallado
 Pan Blanco Pan
 Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo

Viernes

30 Sopa Minestrone Patata Dado Eco, Conchas, Zanahoria Dado Eco, Puerro Rodaja
Merluza al Horno con Salsa Atomatada Merluza Mincead Porc 80/90, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Zanahoria Dado Eco
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
 Pan Integral Pan Integral
 Fruta Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

7 Macarrones con Tomate y Albahaca Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Salmón al Horno en Salsa Salmon, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Ensalada Mézclum Ensalada Mezclum, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Pan Integral Pan Integral
 Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Oregano
Ensalada Campestre Ensalada Campestre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Pan Integral Pan Integral
 Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Lomo S/j, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
 Pan Integral Pan Integral
 Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

La fruta corresponderá habitualmente a: mandarina, manzana, naranja, pera, kiwi y plátano. Disponemos de información sobre alergias e intolerancias alimentarias (R.E. 1169/2011). Solicítela a nuestro personal. Informamos a nuestros usuarios que no utilizamos materias primas o alimentos que contengan aditivos potenciadores del sabor. ¡Recuerda: comer de todo, 5 veces al día, beber agua, lavarte las manos antes y los dientes después! Y hacer ejercicio con