

## Lunes

**27** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín ECO Alubia Blanca Eco, Agua, Patata Dado Eco, Calabacín 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 Blanco Banquete Pan

PERA Pera

**Kcal:** 544 **Lip:** 24,37 **Prot:** 17,59 **HC:** 65,27 **AGS:** 4,17 **Azu:** 16,25 **Sal:** 1,92

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

**4** Crema de Calabaza ECO Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Cebolla Dado Eco

Coditos ECO con Tomate y Huevo Tiburon Eco 5kg (Galet Blanco), anna Ecologica, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

**Kcal:** 517 **Lip:** 14,73 **Prot:** 15,02 **HC:** 80,61 **AGS:** 2,83 **Azu:** 22,27 **Sal:** 1,12

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

**11** Potaje de Lentejas con Calabaza ECO Agua, Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

PERA Pera

**Kcal:** 542 **Lip:** 24,51 **Prot:** 17,27 **HC:** 64,02 **AGS:** 4,16 **Azu:** 15,99 **Sal:** 1,89

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

**18** Garbanzos Estofados con Verduras ECO Garbanzo Eco 5kg, anna Ecologica, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Patatas a lo Pobre con Huevo Cocido Patata Panadera Eco, Huevo Cocido, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

**Kcal:** 397 **Lip:** 12,50 **Prot:** 14,75 **HC:** 54,49 **AGS:** 2,40 **Azu:** 11,21 **Sal:** 0,84

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

## Martes

**28** Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Macarrones con Tomate y Queso ECO Macarrones Blancos Eco, Tomate Frito Eco, Queso Gouda Vaca Rallado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANDARINA Mandarina

**Kcal:** 477 **Lip:** 15,37 **Prot:** 13,05 **HC:** 71,05 **AGS:** 3,65 **Azu:** 11,21 **Sal:** 1,28

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

**5** 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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANZANA Manzana Royal Gala

**Kcal:** 534 **Lip:** 19,44 **Prot:** 12,31 **HC:** 76,12 **AGS:** 2,98 **Azu:** 5,02 **Sal:** 1,90

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

**12** Alubias Blancas Guisadas ECO Patata Dado Eco, Agua, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego

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

MANDARINA Mandarina

**Kcal:** 428 **Lip:** 16,97 **Prot:** 24,10 **HC:** 46,16 **AGS:** 2,48 **Azu:** 9,41 **Sal:** 1,15

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

**19** Espirales con Tomate ECO Espirales Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado 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 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANZANA Manzana Royal Gala

**Kcal:** 513 **Lip:** 20,69 **Prot:** 21,35 **HC:** 58,93 **AGS:** 3,34 **Azu:** 5,15 **Sal:** 1,36

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

## Miércoles

**29** 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 Albóndiga Pollo, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Tomate Frito Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos 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:** 1,09

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**6** 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, Jhnos 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:** 1,12

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13** 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 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, Jhnos Gallego, Sal Yodada  
Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Kcal:** 433 **Lip:** 21,37 **Prot:** 21,03 **HC:** 44,79 **AGS:** 4,74 **Azu:** 18,36 **Sal:** 1,23

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

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

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

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:** 394 **Lip:** 18,74 **Prot:** 18,68 **HC:** 38,82 **AGS:** 6,03 **Azu:** 17,66 **Sal:** 1,26

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

## Jueves

**30** Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Calabaza Dado 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:** 564 **Lip:** 17,12 **Prot:** 16,25 **HC:** 85,91 **AGS:** 2,62 **Azu:** 18,49 **Sal:** 1,23

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

**7** Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Patata Dado Eco, Garbanzo Eco 5kg, anna Ecologica, Agua, Zanahoria Dado Eco

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

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:** 424 **Lip:** 18,57 **Prot:** 19,93 **HC:** 42,02 **AGS:** 3,28 **Azu:** 9,28 **Sal:** 1,15

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

**14** Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, 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

MANZANA Manzana Royal Gala

**Kcal:** 492 **Lip:** 18,86 **Prot:** 16,64 **HC:** 62,95 **AGS:** 3,20 **Azu:** 4,23 **Sal:** 1,29

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

**21** 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

NARANJA Naranja

**Kcal:** 526 **Lip:** 19,45 **Prot:** 12,55 **HC:** 74,58 **AGS:** 2,93 **Azu:** 11,95 **Sal:** 1,91

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

## Viernes

**1** Lentejas con Verduras Cocidas ECO Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria 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

MANZANA Manzana Royal Gala

**Kcal:** 450 **Lip:** 18,82 **Prot:** 22,30 **HC:** 48,38 **AGS:** 2,96 **Azu:** 2,71 **Sal:** 1,15

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

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

Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Salmón 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:** 449 **Lip:** 21,94 **Prot:** 20,30 **HC:** 43,54 **AGS:** 3,55 **Azu:** 11,47 **Sal:** 1,13

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

**15** Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Macarrones con Tomate y Queso ECO Macarrones Blancos Eco, Tomate Frito Eco, Queso Gouda Vaca Rallado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PLÁTANO Platano Banana

**Kcal:** 515 **Lip:** 15,46 **Prot:** 13,37 **HC:** 79,85 **AGS:** 3,72 **Azu:** 17,53 **Sal:** 1,28

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

**22** Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Calabaza Dado Eco

Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo Pavo Chuleta, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PLÁTANO Platano Banana

**Kcal:** 384 **Lip:** 14,82 **Prot:** 16,82 **HC:** 46,01 **AGS:** 2,68 **Azu:** 17,30 **Sal:** 1,07

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