

Lunes

6 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 **Pasta Napolitana** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar

Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 **Ensalada de Pasta** Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

27 **Crema de Coliflor** Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfur Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

7 **Arroz con Verduras** Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

14 **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 **Fideuá de Verduras** Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Atún con Tomate Atun Filete Enharinado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles



1

8 **Crema de Calabaza** Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

15 **Crema de Verduras** Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

22 **Menestra Rehogada** J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Liquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

Jueves

2

Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

9 **Sopa de Picadillo** Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 **Sopa de Cocido** Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 **Arroz a Banda** Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jaconcito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

30 **Patatas a la Riojana** Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

3

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 **Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Croquetas de Jamón Harina, Leche, Jamon, Cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 **Garbanzos Estofados** Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar

Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Ensalada de Pasta sin Tomate Espiral Tricolor, Zanahoria Rallada, Maiz Dulce, Atun en Aceite de Girasol

Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

27 Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
 Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
 Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Atún con Tomate Atun Filete Enharinado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
 Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

1



8 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
 Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Integral y Agua Pan Integral
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

15 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco
 Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Integral y Agua Pan Integral
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

22 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
 Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Integral y Agua Pan Integral
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Pan Integral y Agua Pan Integral
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

2

Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
 Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
 Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

9 Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
 Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
 Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jaconcito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco
 Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

30 Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

3

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
 Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
 Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Croquetas de Jamón Harina, Leche, Jamon, Cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
 Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallón
 Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallón, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

31



R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta**13** Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar

Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo**20** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo**27** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Filete de Lomo de Sajonia Lomo Sajonia Loncheado, Aceite Oliva 0,4°

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**14** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta**21** Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta**28** Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

**8** Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo**15** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo**22** Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta**29** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Liquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

Jueves

2 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta**9** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta**16** Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta**23** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo**30** Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

3 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta**10** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta**17** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta**24** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Maiz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

FESTIVO

Lunes

6 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 **Pasta Napolitana** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar

Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 **Ensalada de Pasta** Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

27 **Crema de Coliflor** Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

7 **Arroz con Verduras** Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zannah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

14 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 **Fideuá de Verduras** Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Atún con Tomate Atun Filete Enharinado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles



1

8 **Crema de Calabaza** Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

15 **Crema de Verduras** Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco

Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

22 **Menestra Rehogada** J Verde Brecol Guisante Zannah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Jueves

2

Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

9 **Sopa de Picadillo** Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 **Sopa de Cocido** Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 **Arroz a Banda** Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

30 **Patatas a la Riojana** Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

3

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 **Patatas Estofadas** Patata, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado

Croquetas de Jamón Harina, Leche, Jamon, Cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 **Garbanzos Estofados** Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta**13** Pasta Sin Gluten Napolitana Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo**20** Ensalada de Pasta Sin Gluten Macarrones S/gluten, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
 Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo**27** Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta**7** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**14** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
 Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta**21** Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta**28** Pasta Sin Gluten con Verduras Macarrones S/gluten, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado
Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta**1****8** Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
 Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo**15** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
 Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo**22** Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
 Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta**29** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Liquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Lácteo**2****Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta**9** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Pollo, Codillo Jamon, Ternera Huesos

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
 Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta**16** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
 Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta**23** Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
 Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo**30** Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
 Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta**3****Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
 Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta**10** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°
 Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta**17** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon
 Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta**24** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
 Pan Sin Gluten y Agua Pan S/gluten
 Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

27 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajao Adobado Marrajao Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

1

8 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

15 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

22 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa con Queso Huevo Liquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

2

Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Carne + Fruta

9 Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

30 Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera

Cena: Verdura + Carne + Fruta

3

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur Yogur Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Tilapia al Horno Tilapia Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maiz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

31



R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja

20 Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja

27 Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

14 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles



1 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

8 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja

15 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

22 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Pasta + Ave + Lácteo de Soja

Jueves

2 Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Patata + Carne + Fruta

9 Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Patata + Huevo + Lácteo de Soja

30 Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

3 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maiz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

31 Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Sin Lactosa Leche Hostelería Semi S/lactosa 1l

Cena: Verdura + Carne + Fruta



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar

Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja

20 Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja

27 Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfur Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Patata + Huevo + Fruta

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

14 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

1



FESTIVO

8 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja

15 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

22 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Ave + Lácteo de Soja

2

Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Carne + Fruta

9

Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Huevo + Lácteo de Soja

30

Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta

3

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10

Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Yogur de Soja Yogur Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17

Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Carne + Fruta

24

Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Lácteo



FESTIVO

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Liquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Ave + Fruta**13** Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar

Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja**20** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Lácteo de Soja**27** Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfur Pavo, Aceite Girasol

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Huevo + Fruta**7** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante Zannah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja**14** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Pescado + Fruta**21** Patatas Estofadas Patata, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Ave + Fruta**28** Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Palometa con Tomate Palometa Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta**1****8** Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Lácteo de Soja**15** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo de Soja**22** Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zannah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Pescado + Fruta**29** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan Integral y Agua Pan Integral

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Ave + Lácteo de Soja**2**

Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Carne + Fruta**9** Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado

Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta**16** Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Ave + Fruta**23** Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Huevo + Lácteo de Soja**30** Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Carne + Fruta**3**

Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Verdura + Huevo + Fruta**10** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Pasta + Pescado + Fruta**17** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Merluza Medallon

Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Patata + Carne + Fruta**24** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan

Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja

Bebida de Soja Bebida Soja C/calcio

Cena: Arroz + Ave + Lácteo**31**

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola

Tortilla Francesa de Espinacas Huevo Líquido, Espinacas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 651 Lip: 24,54 Prot: 30,17 HC: 80,53

Cena: Patata + Ave + Fruta

13 Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar

Empanadillas de Atún Empanadilla Atun, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 845 Lip: 32,67 Prot: 19,57 HC: 118,86

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maiz Dulce

Tortilla Francesa Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 672 Lip: 29,77 Prot: 24,61 HC: 77,69

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

27 Crema de Coliflor Patata, Coliflor, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 673 Lip: 28,64 Prot: 24,36 HC: 82,06

Cena: Patata + Huevo + Fruta

7 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, J Verde Brecol Guisante, Zanah Coliflor Alcachofa, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 717 Lip: 26,28 Prot: 35,83 HC: 87,53

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

14 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 663 Lip: 23,66 Prot: 29,05 HC: 86,80

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco

Marrajo Adobado Marrajo Rodaja, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 730 Lip: 23,86 Prot: 52,20 HC: 80,17

Cena: Pasta + Ave + Fruta

28 Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado

Atún con Tomate Atun Filete Enharinado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 745 Lip: 23,27 Prot: 41,69 HC: 93,61

Cena: Verdura + Carne + Fruta

1



8 Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ragout de Ternera Estofada Ternera Ragut, Pimiento Verde Dado, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 658 Lip: 26,57 Prot: 38,81 HC: 66,33

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

15 Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin

Lomo Fresco Asado Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco
Patatas Revolconas Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 653 Lip: 24,10 Prot: 37,29 HC: 73,64

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

22 Menestra Rehogada J Verde Brecol Guisante Zanah Coliflor Alcachofa, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Carcamusas Magro de Cerdo, Tomate Triturado, Guisante, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 638 Lip: 24,16 Prot: 33,36 HC: 71,36

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

29 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich 3,3kg/ud 6,6kg/cj, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 715 Lip: 27,40 Prot: 29,96 HC: 90,78

Cena: Pasta + Ave + Lácteo

2 Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Escalope de Merluza Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: Lip: Prot: HC:
Cena: Patata + Carne + Fruta

9 Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao en Papillote Bacalao Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado, Pimiento Rojo Dado
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 605 Lip: 20,92 Prot: 33,47 HC: 71,44

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 712 Lip: 26,42 Prot: 30,76 HC: 91,58

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23 Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Verde Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, VINO Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 713 Lip: 22,57 Prot: 44,32 HC: 85,89

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

30 Patatas a la Riojana Patata, Chorizo Fresco, Cebolla, Pimiento Rojo Dado

Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 625 Lip: 23,56 Prot: 39,62 HC: 65,75

Cena: Verdura + Carne + Fruta

3 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina

Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: Lip: Prot: HC:
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Croquetas de Jamón Harina, Leche, Jamon, Cebolla, Pan Rallado, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Yogur Yogur Natural
Kcal: 734 Lip: 25,95 Prot: 25,69 HC: 102,14

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

17 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°

Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 688 Lip: 23,25 Prot: 29,12 HC: 94,67

Cena: Patata + Carne + Fruta

24 Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera, Manzana, Platano, Naranja
Leche Leche Entera
Kcal: 664 Lip: 22,20 Prot: 35,63 HC: 83,47

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

31

