

Lunes

- 9**

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Pan

Fruta Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 16**

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tiras de Rosada al Horno al Ajo y Perejil Rosada, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 23**

Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Palometa al Vapor al Limón Palometa Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Limon, Sal Fina Yodada

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 10**

Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta
- 17**

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Tomate Frito Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta
- 24**

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito, Pollo Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

1

Miércoles

- 11**

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 18**

Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce

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

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 25**

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Puchero Garbanzo, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

2

Jueves

- 12**

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
- 19**

Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 26**

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Hamburguesa Ternera, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

3

Viernes

- 13**

Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano, Tomillo

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 20**

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p 60/110, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta
- 27**

Potaje de Alubias Blancas Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oli.

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

4