

Lunes

10



FESTIVO

17

Estofado de Patatas con Verduras.
Sardinas a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

24

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Guisantes Rehogados
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

11

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Jurel al Horno.
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

18

Crema de Calabacín ECO.
Pollo en Pepitoria
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

25

Pasta Sin Gluten con Tomate
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

12

Arroz con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

19

Arroz con Tomate Confitado.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

26

Crema de Verduras ECO.
Delicias de Bacalao (Harina sin Gluten)
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Legumbre + Lácteo

Jueves

13

Puré de Zanahoria.
Tortilla de Patata.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

20

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27

Paella Hortelana.
Magro de Cerdo Estofado
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Viernes

14

Pasta Sin Gluten Napolitana
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21

Pasta Sin Gluten con Verduras
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28

Alubias Pintas con Verduras.
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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