

Lunes

7 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

14 Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

21 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

1 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Empanadillas Empanadilla Atun, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
Pan Blanco Banquete Pan
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

8 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

22 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

29 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

2 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, Ajo Picado Eco
Menestra al Vapor (guarnición) Zana., jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

16 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

23 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

30 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

3 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

10 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

17 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

24 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

31 Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

4 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Croquetas de Jamón Croqueta Jamon Casera, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

11 Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vino Blanco 6°, Pepino

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

18 Crema de Calabacín Calabacin 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

25 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra. Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

7 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

14 Macarrones con Tomate y Huevo Macarrones, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

21 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

1 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardini, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Pan Blanco Banquete Pan Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

8 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardini, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

22 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

29 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardini, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

2 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zannah, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

16 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

23 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

30 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

3 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

10 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

17 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Ensalada Campestre Lech, Romana, Esc, Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

24 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

31 Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Ensalada Campestre Lech, Romana, Esc, Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

4 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

11 Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vино Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

18 Crema de Calabacín Calabacin 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

25 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.

Lunes

- 7

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 14

Macarrones con Tomate y Huevo Macarrones, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 21

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 28

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 1

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 8

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 15

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 22

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 29

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 2

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9

Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zannah, j,verde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 16

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta
- 23

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Enebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 30

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

- 3

Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 10

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 17

Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 31

Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 4

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 11

Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vино Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 18

Crema de Calabacín Calabacin 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 25

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Lunes

7 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

14 Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

21 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

1 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

8 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

22 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

29 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

2 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zannah, j,verde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

16 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

23 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Enebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

30 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

3 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

10 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

17 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

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

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

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

24 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

31 Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

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

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

4 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

11 Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vino Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

18 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

25 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.

Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.

Lunes

- 1

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 7

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 14

Macarrones con Tomate y Huevo Macarrones, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 21

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 28

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

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 1

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 8

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 15

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 22

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 29

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Calabacin Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 2

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9

Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zannah, j,verde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 16

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta
- 23

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 30

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

- 3

Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 10

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 17

Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

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

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

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 31

Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

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

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 4

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 11

Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vino Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 18

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

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, 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

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 25

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete

Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra. Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

- 7

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 21

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 28

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

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 1

Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 15

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 22

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 29

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 2

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9

Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zannah, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 16

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta
- 23

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Encebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 30

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

- 3

Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 10

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 17

Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 31

Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 4

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 11

Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vино Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 18

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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 25

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.

Lunes

1	Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Salteado de Patatas, Zanahoria y Cebolla Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
7	Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
14	Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
21	Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6° Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
28	Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

1	Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Salteado de Patatas, Zanahoria y Cebolla Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
8	Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
15	Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
22	Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
29	Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

2	Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6° Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
9	Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Ajo Picado Eco Menestra al Vapor (guarnición) zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Pasta + Huevo + Fruta
16	Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Arroz + Carne + Fruta
23	Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Pasta + Huevo + Fruta
30	Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

3	Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
10	Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja Jamonicos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
17	Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Ajo Picado Eco Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
24	Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja Jamonicos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
31	Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Balsa Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Ajo Picado Eco Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta Temporada triturada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

4	Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
11	Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vino Blanco 6°, Pepino Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
18	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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
25	Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Lunes

- 1

Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 7

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco_hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 14

Macarrones con Tomate y Huevo Macarrones, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco_hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 21

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco_hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 28

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 1

Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 8

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 15

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 22

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 29

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 2

Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9

Crema Vichyssoise Puerto Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh., jverde, coliflor, guisante, col., Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 16

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta
- 23

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Enebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 30

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

- 3

Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 10

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 17

Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 31

Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 4

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 11

Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vino Blanco 6°, Pepino

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 18

Crema de Calabacín Calabacin 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 25

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.

Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.

Lunes

7 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmon al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jninos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

14 Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jninos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

21 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Salmon al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, Jninos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

1 Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Empanadillas Empanadilla Atun, Aceite Girasol

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

8 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

22 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

29 Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vино Blanco

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

2 Porra Antequerana Tomate, Pan Viena, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vино Blanco 6°

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jninos Gallego, Ajo Picado Eco

Menestra al Vapor (guarnición) Zana., jverde, coliflor, guisante, col., Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

16 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

23 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

30 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

3 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

10 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

17 Ensaladilla Rusa Ensaladilla, Atun Bolsa, Huevo Cocido, Mayonesa

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

24 Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

31 Ensalada Malagueña Patata Dado 20x20 Eco, Naranja, Tomate Ensalada, Atun Bolsa

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

Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

4 Crema Hortelana Sin Espinacas Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Croquetas de Jamón Croqueta Jamon Casera, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

11 Gazpacho Tomate, Pan Viena, Vinagre Vино Blanco 6°, Pepino

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

18 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

25 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado Eco, Leche Entera, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.
Los platos de este menú
se guisarán SIN SAL

Lunes

- 7

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 14

Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 21

Crema de Verduras Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 28

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

- 1

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 8

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 15

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
- 22

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 29

Potaje de Lentejas con Calabaza Eco Lenteja Marron Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

Calabacin Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

- 2

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 9

Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 16

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta
- 23

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 30

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

- 3

Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

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

Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 10

Coditos con Calabacín y Orégano Sin Sal Tiburon, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 17

Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Coditos con Calabacín y Orégano Sin Sal Tiburon, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 31

Calabaza Salteada Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Viernes

- 4

Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco

Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Ternera S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 11

Judías Verdes Salteadas Judia Verde Redonda Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
- 18

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

Albóndigas de Cerdo al Horno sin Sal Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 25

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Poton Tacos Limpio

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta