

Lunes

- 3

Fideua de Verduras Fideua, 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 Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 10

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

- 17

Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 24

Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

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

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

- 4

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

- 11

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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

- 18

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 Vино Blanco 6°

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 25

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

- 5

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

- 12

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

- 19

Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado

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

- 26

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, 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

Jueves

- 6

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

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

- 13

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

- 20

Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27

Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

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

Viernes

- 7

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

- 14

Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Aplo Blanco, Zanahoria Dado Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 21

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

- 28

Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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, salvo excepciones. Fruta de Temporada: Manzana, Naranja, Pera, Plátano y Mandarina.

Lunes

- 3

Fideua de Verduras Fideua, 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 Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 10

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

- 17

Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 24

Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

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

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

- 4

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

- 11

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 18

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 de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 25

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

- 5

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 de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 12

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, Jhnos Gallego, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 19

Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado

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

- 26

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, j,verde, 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

Jueves

- 6

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

Jamonicitos 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

- 13

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

- 20

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

- 27

Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Jamonicitos 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

Viernes

- 7

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

- 14

Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 21

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

- 28

Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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

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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	4 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	5 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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Pasta + Huevo + Fruta	6 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	7 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 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
10 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta	11 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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, Vño 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	12 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, Vño Blanco Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	13 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, Jnos Gallego, Ajo Picado Eco Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta	14 Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jnos Gallego, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
17 Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vño Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	18 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, Vño Blanco, Ajo Picado Eco Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6° Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Triturado Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	20 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	21 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
24 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	25 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	26 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, Jnos Gallego, Ajo Picado Eco Menestra al Vapor (guarnición) Zanh., 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	27 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño Blanco, Ajo Picado Eco Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6°, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	28 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño 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

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

3	Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
10	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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
17	Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
	Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vño Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
	Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
24	Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
	Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
	Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

4	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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
11	Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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, Vño 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
18	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, Vño Blanco, Ajo Picado Eco
	Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6°
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
	Cena: Arroz + Huevo + Fruta
25	Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
	Tortilla Francesa Tortilla Francesa
	Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

5	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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
	Cena: Pasta + Huevo + Fruta
12	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, Vño Blanco
	Zanahorias al Vapor (guarnición) 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
19	Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
	Tortilla Francesa Tortilla Francesa
	Zanahorias al Vapor (guarnición) 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
26	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) Zanh, 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

Jueves

6	Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
	Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño Blanco, Ajo Picado Eco
	Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
13	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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
20	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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
27	Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado
	Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño Blanco, Ajo Picado Eco
	Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vño Blanco 6°, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

7	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, Vño 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
14	Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
	Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco
	Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, Sal Yodada
	Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
21	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
28	Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
	Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño 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.

Lunes

- 3

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
- 10

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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 17

Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 24

Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín 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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

- 4

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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
- 11

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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, Vño 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
- 18

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, Vño Blanco, Ajo Picado Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
- 25

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

- 5

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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta
- 12

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, Vño Blanco

Zanahorias al Vapor (guarnición) 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
- 19

Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado

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, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 26

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) 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 de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

- 6

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

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 13

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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta
- 20

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 Vño Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
- 27

Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

- 7

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
- 14

Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
- 21

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
- 28

Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vño 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Fideua de Verduras Fideua, 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 Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	4 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 (guarnición) 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	5 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 Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Pasta + Huevo + Fruta	6 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Jamonicitos 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 Blanco Banquete Pan Fruta Temporada triturada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	7 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
10 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	11 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 Blanco Banquete Pan Fruta Temporada triturada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta	12 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, Jhnos Gallego, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Arroz + Carne + Fruta	13 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 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	14 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, Jhnos Gallego, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
17 Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	18 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 Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado 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 Temporada triturada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta	20 Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 Blanco Banquete Pan Fruta Temporada triturada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	21 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
24 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az. Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	26 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, 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	27 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado Jamonicitos 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 Blanco Banquete Pan Fruta Temporada triturada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	28 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco 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 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín 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 Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	4 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	5 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	6 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco 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	7 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Nº4, 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
10 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	11 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	12 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 (guarnición) 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	13 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	14 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Aplo Blanco, Zanahoria Dado 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
17 Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	18 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 Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado 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	20 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	21 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
24 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	26 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) Zanh., 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	27 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado 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	28 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco 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

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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	4 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 (guarnición) 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	5 Triturado 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	6 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco 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	7 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
10 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	11 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	12 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 (guarnición) 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	13 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	14 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Aplo Blanco, Zanahoria Dado 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
17 Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	18 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	19 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado 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	20 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	21 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
24 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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	26 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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral Yogur de Soja Yogurt Soja Natural Cena: Pasta + Huevo + Fruta	27 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado 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	28 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco 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

Lunes

- 3

Fideua de Verduras Fideua, 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 Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 10

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

- 17

Arroz Hervido con Tomate Frito ECO Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

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

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 24

Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

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

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

- 4

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

- 11

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 18

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 Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 25

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

- 5

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

- 12

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

- 19

Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

- 26

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, 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

Jueves

- 6

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

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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 13

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

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

- 20

Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27

Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

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 Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

- 7

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

- 14

Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 21

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

- 28

Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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.

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

3	Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta
10	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
17	Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta
24	Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

4	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
11	Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, 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 Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
18	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
25	Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) 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

Miércoles

5	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
12	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
19	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
26	Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, 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

Jueves

6	Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Jamonicitos 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
13	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
20	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
27	Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Jamonicitos 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

Viernes

7	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
14	Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Aplo Blanco, Zanahoria Dado Eco Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada Pan Blanco Banquete Pan Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta
21	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
28	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