

## Lunes

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 30 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

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

Empanadillas Empanadilla Atun, Aceite Girasol

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

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

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино 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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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 de Temporada

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

- 11 Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Arroz Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

- 25 Potaje de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco  
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

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

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 Vино Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Sal Yodada

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

- 19 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

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

- 26 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Sal Yodada

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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

- 6 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

- 13 Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin 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

- 20 Crema de Calabacin 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 Frito Eco, Tomate Triturado, 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

- 27 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

- 3 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 30 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

- 3 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A)** Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vино Blanco, Ajo Picado Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 10 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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 de Temporada

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

- 11 Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Arroz Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

Pan Blanco Banquete Pan  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

- 25 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco

Pan Blanco Banquete Pan  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa  
**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, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan Blanco Banquete Pan  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

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

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 Vино Blanco 6°, Sal Yodada  
Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Sal Yodada

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

- 19 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

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

- 26 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vино Blanco, Sal Yodada

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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

- 6 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

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

**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

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

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, 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

- 27 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

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

**FESTIVO**  
Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

## Lunes

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñón Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- 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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 23 Fideua de Verduras Fideua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- 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

- 30 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

- 3 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
- Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, 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

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

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
- Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
- Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
- Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
- 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 de Temporada

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

- 11 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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 de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

- 25 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Merluza al Horno Enebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa
- Choco en Salsa Potón 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, Perejil Eco, hnos Gallego
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

- 5 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
- 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

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco
- Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada
- Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 19 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco
- Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
- 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

- 26 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, Sal Yodada
- Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco
- Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
- 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

- 6 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

- 13 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Choco en Salsa Potón 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

- 20 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Nº4, Patata Dado Eco, Potón Tacos Limpio
- Choco en Salsa Potón 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

- 3 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
- Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco
- Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

## Lunes

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñón Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

- 30 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

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

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

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, 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

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

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 de Temporada

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

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 de Temporada

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

- 11 Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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

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

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

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

Choco en Salsa Potón 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, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

- 5 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla 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 integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

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

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 19 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco

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

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

- 26 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, Sal Yodada

Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco



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

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

- 6 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

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

Choco en Salsa Potón 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

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

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Nº4, Patata Dado Eco, Potón Tacos Limpio

Choco en Salsa Potón 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

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



Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñón Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

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

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

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

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

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, 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

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

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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 de Temporada

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

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

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

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

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

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

Choco en Salsa Potón 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, Perejil Eco, hnos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

- 5 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla 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 integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

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

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

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 19 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco

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

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

- 26 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, Sal Yodada

Ensalada Clásica Ensalada Clásica, 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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

- 6 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

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

Choco en Salsa Potón 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

- 20 Crema de Calabacín Calabacín 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, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

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

- 27 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Potón 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

- 3 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca 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, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

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

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco, Jinos Gallego  
Pan Blanco Banquete Pan  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

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

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

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

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

## Martes

- 3 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardini, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
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

- 10 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

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

- 17 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardini, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta Temporada triturada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

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

- 31 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardini, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

## Miércoles

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

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

- 11 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Arroz Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/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

- 25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa  
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, Jinos Gallego

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, Jinos Gallego  
Pan Blanco Banquete Pan  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

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

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Jamonicitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

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

- 19 Triturado de Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, Jinos Gallego

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

- 26 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, Sal Yodada

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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, Jinos Gallego

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

- 6 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

- 13 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

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

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

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

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27 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 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

- 3 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

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

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

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñón Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

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

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

- 30 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

- 3 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
Salteado de Patatas, Zanahoria y Cebolla Zanahoria Dado Eco, Patata 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

- 10 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 17 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado 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

- 31 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 11 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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

- 25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Merluza al Horno Encabollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

Choco en Salsa Potón 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, Perejil Eco, Jinos Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

- 5 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 + Pescado + Lácteo o Fruta

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

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

- 19 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco

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

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

- 26 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, Sal Yodada

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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

- 6 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

- 13 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Choco en Salsa Potón 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

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

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27 Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Potón 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

- 3 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

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

- 23 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 30 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

- 3 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
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

- 10 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 17 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 31 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Fruta Temporada triturada

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

- 11 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado 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

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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

- 25 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Merluza al Horno Enebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

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, Perejil Eco, Jnros Gallego

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

- 5 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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 + Pescado + Lácteo o Fruta

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

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

- 19 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco

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

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

- 26 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, Sal Yodada

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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

- 6 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

- 13 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 de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 27 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

- 3 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete  
Pan Integral  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

- 2 Arroz Hervido con Tomate Frito 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, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 9 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 16 Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado  
Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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

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

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

Salmon al Vapor en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 30 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

- 3 **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

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

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

- 17 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco  
Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

- 24 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 31 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra 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

## Miércoles

- 4 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

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

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

- 11 **Crema Vichyssoise** Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Arroz Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 18 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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

- 25 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco  
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

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

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamonico, 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

- 12 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Calabacín Dado Eco, Tomate Frito Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

**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

- 19 Garbanzos Estofados con Verduras Garbanzo Chico Extra, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado  
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego

**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

- 26 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

**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

- 2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

**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

- 6 **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

- 13 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

- 20 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, 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

- 27 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

- 3 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

**FESTIVO**  
Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + 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

**2** **Crema de Verduras** Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza 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, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

**9** Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**16** Cazuela de Patatas con Merluza Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Merluza Lomo S/p, Tomate Triturado

Dados de Pavo a la Cazadora Pavo Dado, Champiñón Laminado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

**23** **Crema de Verduras** Patata Tornear C/piel, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**30** 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

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

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

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

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

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

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

**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

**17** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

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

**24** Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado 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:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

**31** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, anna Ecológica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

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

## Miércoles

**4** **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

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

**Merluza a la Plancha en Salsa Verde** Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

**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

**18** Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Guisante Eco, Pimiento Rojo 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

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

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

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco

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

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**1** Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Alcachofa

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

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

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

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Jueves

**5** **Judías Verdes Salteadas con Patatas** Judía Verde Redonda Eco, Patata, Cebolla 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

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

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Yodada

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

**19** **Salteado de Verduras** Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Cebolla Dado Eco

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

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

**26** 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, Sal Yodada

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

**2** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

**6** 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

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

**Choco en Salsa** Potón 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

**20** Crema de Calabacín Calabacín 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 Bastón, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

**27** Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°4, Patata Dado Eco, Potón 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

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

**Albóndigas de Cerdo En Salsa** Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta