

Lunes

- 6** 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 20** 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, Tomate Triturado

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, 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

- 27** Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

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

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

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 21** Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, Anna Ecológica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

- 15** 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

Calabaza Salteada 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: Pasta + Huevo + Fruta

- 22** Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

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

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

- 2** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 9** Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco

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

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

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 23** Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Chico Extra, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

- 10** 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

- 17** 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

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Tomate Triturado

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsuí, 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

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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.

Martes

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, Anna Ecológica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

15 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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

22 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

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

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Viernes

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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

17 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 Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado
Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, 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

27 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

7 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

14 Potaje de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

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

29 Potaje de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Enebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
FESTIVO
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

16 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

23 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

30 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

10 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

17 Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

24 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado
Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsol, 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

27 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

7 Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

14 Potaje de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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, jverde, 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

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

29 Potaje de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Enebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
FESTIVO
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Ensalada de Lechuga, Col y Zanahoria 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

16 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

23 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

30 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

10 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

17 Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Puré de Patatas 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

24 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 Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

20 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, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsói, 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

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Martes

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

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

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

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

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

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, Anna Ecológica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

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

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

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

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

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

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

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

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

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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

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

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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

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

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

Puré de Patatas 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

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete Pan
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porcion, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Tomate Triturado

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

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

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

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

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

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

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

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

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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

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

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

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

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

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

23 Triturado de Garbanzos Estofados con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Chico Extra, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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, Sal Yodada

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

17 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

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

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

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

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

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Tomate Triturado
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

27 Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

7 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Salteado de Patatas, Zanahoria y Cebolla Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

14 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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., jverde, 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

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

29 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Enebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
FESTIVO
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judía Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

16 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

23 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

30 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

3 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
FESTIVO
Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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

17 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

24 Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Champifon Laminado, Zanahoria Dado Eco, Tomate Triturado
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

27 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

7 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

14 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

1 Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Guisante Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco_hnos Gallego
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

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

29 Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Enebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
FESTIVO
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

9 Judías Verdes Salteadas con Patatas Judia Verde Redonda Eco, Patata, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco
Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

16 Arroz al Horno a la Napolitana Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

23 Salteado de Verduras Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

30 Crema Vichyssoise Puerro Rodaja Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Picado Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Fruta Temporada triturada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

3 Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
FESTIVO
Albóndigas de Cerdo En Salsa Albondiga Cerdo, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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

17 Triturado de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Choco en Salsa Poton Tacos Limpio, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco
Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado Eco, Margarina, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

24 Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Pan Integral
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

6 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, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

13 Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 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, Tomate Triturado
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco
Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

7 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

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, Anna Ecológica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco

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

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

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

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

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

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

15 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

Calabaza Salteada 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: Pasta + Huevo + Fruta

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

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

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

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

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

2 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco
Calabaza al Vapor Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 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

17 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

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

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

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

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

6 **Crema de Verduras** Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

20 **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, Tomate Triturado

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsói, 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

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

Salmón al Vapor en Salsa Salmón Porción, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Martes

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

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

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

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

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21 **Potaje de Lentejas con Calabaza** Lenteja Marrón Pardina Eco 5kg, Anna Ecológica, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

1 **Paella de Verduras** Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

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, Perejil Eco, hnos Gallego, Sal Yodada

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

Cena: Arroz + Carne + Fruta

8 **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

15 **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, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

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

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

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

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

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

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

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

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

Ensalada Clásica Ensalada 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

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

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego, Tomillo Hoja Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

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

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

Ensalada Clásica Ensalada 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

Viernes

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, Cebolla Dado Eco, Apio Blanco, Zanahoria Dado Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 **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

17 **Judías Verdes Salteadas** Judía Verde Redonda Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado 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

24 **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 Baston, Aceite Girasol, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta