

29 LUNES*				
1 Crema de calabacín <i>Zucchini cream</i>				
2 Tortilla francesa con jamón y tomate con ensalada <i>French omelette with tomato sauce with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
638	23,3	61,5	31,2	

30 MARTES				
1 Pasta salteada <i>Sautéed pasta</i>				
2 Bacalao al horno con ensalada <i>Baked cod with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
652	32,4	78,3	21,3	

1 MIÉRCOLES				
1 Patatas guisadas con carne <i>Stewed potatoes</i>				
2 Cuscús con garbanzos salteados <i>Couscous with sautéed chickpeas</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
597	19,0	102,7	8,9	

2 JUEVES*				
1 Judías verdes rehogadas <i>Sautéed green beans</i>				
2 Ragut de ternera con ensalada <i>Beef ragout with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
589	23,4	65,0	23,4	

3 VIERNES				
1 Arroz integral tres delicias <i>Chinese fried brown rice</i>				
2 Limanda empanada con ensalada <i>Breaded flounder with salad</i>				
P Yogur Yogurt				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
803	31,2	93,3	33,1	

6 LUNES*				
1 Brócoli rehogado <i>Sautéed broccoli</i>				
2 Revuelto de chorizo con ensalada <i>Scrambled eggs with chorizo with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
712	28,1	60,7	36,7	

7 MARTES				
1 Ensalada de pasta integral <i>Whole-grain pasta salad</i>				
2 Palometa con tomate con ensalada <i>Sea bass with tomato sauce with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
730	23,6	92,4	27,2	

8 MIÉRCOLES				
1 Crema de verduras y legumbre <i>Vegetable and legume cream</i>				
2 Canelones de carne con ensalada <i>Meat cannelloni with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
631	24,0	82,3	20,1	

9 JUEVES*				
1 Paella valenciana <i>Valencian paella</i>				
2 Pollo asado con patatas fritas <i>Roast chicken with French fries</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
856	36,8	86,0	38,7	

10 VIERNES				
1 Patatas riojana <i>Stewed potatoes with chorizo</i>				
2 Huevos aurora con bacon con ensalada <i>Hard-boiled eggs with Aurora sauce and bacon</i>				
P Yogur Yogurt				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
696	26,9	73,2	31,3	

13 LUNES				
1 Guisantes rehogados <i>Sautéed peas</i>				
2 Tortilla de patata con ensalada <i>Potato omelette with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
644	23,3	80,5	22,4	

14 MARTES				
1 Pasta a la milanesa <i>Pasta Milanese-style</i>				
2 Hamburguesa con ensalada <i>Hamburger with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
907	37,7	94,4	39,8	

15 MIÉRCOLES				
1 Lentejas estofadas con verdura <i>Lentils stew with vegetables</i>				
2 Pollo en su jugo con patatas al vapor <i>Chicken in its own juices with steamed potatoes</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
754	36,8	84,2	26,4	

16 JUEVES*				
1 Crema de verdura <i>Fresh vegetable cream</i>				
2 Lomo adobado con pisto <i>Marinated pork loin with vegetable ratatouille</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
718	23,9	72,9	34,0	

17 VIERNES*				
1 Ensalada de arroz integral <i>Brown rice salad</i>				
2 Merluza a la andaluza con ensalada <i>Andalusian-style hake with salad</i>				
P Yogur Yogurt				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
748	22,8	69,2	41,1	

20 LUNES*				
1 Judías verdes con tomate <i>Sautéed green beans with tomato sauce</i>				
2 Revuelto de patata, bacon y huevo con ensalada <i>Scrambled eggs with potatoes and bacon with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
700	18,6	68,7	36,4	

21 MARTES				
1 Pasta integral boloñesa <i>Whole wheat pasta Bolognese</i>				
2 Merluza en salsa de puerros con ensalada <i>Hake in leek sauce with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
629	27,7	87,4	16,6	

22 MIÉRCOLES				
1 Patatas marinera <i>Potatoes marinara</i>				
2 Fingers de pollo con patatas fritas <i>Fried chicken fingers with French fries</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
777	19,2	71,5	44,2	

23 JUEVES*				
1 Crema de calabaza <i>Pumpkin cream</i>				
2 Albóndigas en salsa con ensalada <i>Meatballs in sauce with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
632	21,1	73,0	26,4	

24 VIERNES				
1 Paella valenciana <i>Valencian paella</i>				
2 Ensalada de alubias <i>Bean salad</i>				
P Yogur Yogurt				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
765	35,0	95,0	24,8	

27 LUNES*				
1 Crema de zanahoria <i>Carrot cream</i>				
2 Revuelto de jamón con ensalada <i>Scrambled eggs with ham with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
560	22,0	61,1	23,6	

28 MARTES				
1 Ensalada de pasta integral <i>Whole-grain pasta salad</i>				
2 Buñuelos de bacalao con ensalada <i>Cod fritters with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
744	19,5	102,4	26,1	

29 MIÉRCOLES				
1 Ensalada de garbanzos <i>Chickpea salad</i>				
2 Lacón con patatas al vapor <i>Lacon with steamed potatoes</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
844	31,2	81,7	41,2	

30 JUEVES*				
1 Crema de puerros <i>Leek cream</i>				
2 Hamburguesa con ensalada <i>Hamburger with salad</i>				
P Fruta del tiempo Seasonal fruit				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
682	28,7	63,6	32,8	

31 VIERNES*				
1 Arroz con tomate <i>Rice with tomato sauce</i>				
2 Pizza de jamón y queso con ensalada <i>Ham and cheese pizza with salad</i>				
P Yogur Yogurt				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
859	23,9	101,4	38,6	

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Every menu will be served with water and bread (or whole wheat bread).
This month the fruits served will be bananas, pineapple, watermelon, melon
This menu has been supervised by the School Management

SUGERENCIA DE CENAS SUGGESTIONS FOR DINNERS

29 LUNES / MONDAY Arroz y pescado Rice and fish	30 MARTES / TUESDAY Verdura y cerdo Vegetables and pork	01 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Ensalada y pescado Salad and fish	02 JUEVES / THURSDAY Sopa y huevo Soup and egg	03 VIERNES / FRIDAY Ensalada y ave Salad and poultry
06 LUNES / MONDAY Pasta y pescado Pasta and fish	07 MARTES / TUESDAY Verdura y ternera Vegetables and beef	08 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Ensalada y pescado Salad and fish	09 JUEVES / THURSDAY Ensalada y huevo Salad and egg	10 VIERNES / FRIDAY Verduras y ave Vegetables and poultry
13 LUNES / MONDAY Ensalada y pescado Salad and fish	14 MARTES / TUESDAY Ensalada y huevo Salad and egg	15 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Patata y cerdo Potato and pork	16 JUEVES / THURSDAY Arroz y pescado Rice and fish	17 VIERNES / FRIDAY Verduras y ave Vegetables and poultry
20 LUNES / MONDAY Patata y ave Potato and poultry	21 MARTES / TUESDAY Ensalada y ternera Salad and beef	22 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Verdura y pescado Vegetables and fish	23 JUEVES / THURSDAY Pasta y huevo Pasta and egg	24 VIERNES / FRIDAY Verdura y pescado Vegetables and fish
27 LUNES / MONDAY Arroz y ave Rice and poultry	28 MARTES / TUESDAY Verdura y cerdo Vegetables and pork	29 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Patata y pescado Potato and fish	30 JUEVES / THURSDAY Ensalada y huevo Salad and egg	31 VIERNES / FRIDAY Ensalada y pescado Salad and fish



DESAYUNOS Y MERIENDAS - ESCUELA INFANTIL -



DÍA DE LA SEMANA	DESAYUNO	MERIENDA
Lunes	Tostada, tomate, leche y fruta	Bocadín de jamón york y queso, fruta
Martes	Galletas, leche y fruta	Yogur y fruta
Miércoles	Tostada, tomate, pavo, leche y fruta	Galletas, leche y fruta
Jueves	Cereales, leche y fruta	Pulguita, pavo y fruta
Viernes	Bizcocho casero, leche y fruta	Tosta, queso fresco y fruta

Se ponen galletas todos los días

Todo el pan será de pulguita

Galletas sin azúcar

Cereales sin azúcar ni chocolate

Bizcocho con estevia



DESAYUNOS Y MERIENDAS - 2º CICLO, PRIMARIA, ESO -



Semana 1

DÍA DE LA SEMANA	DESAYUNO	MERIENDA
Lunes	Tostada, tomate, leche y fruta	Bocadín de jamón york y queso, fruta
Martes	Galletas, leche y fruta	Yogur, bocadillo de jamón con tomate
Miércoles	Tostada, tomate, pavo, leche y fruta	Galletas, leche y fruta
Jueves	Cereales, leche y fruta	Bocadín de pavo y fruta
Viernes	Biscocho casero, leche y fruta	Bocadillo de lomo y fruta

Semana 2

DÍA DE LA SEMANA	DESAYUNO	MERIENDA
Lunes	Tostada, tomate, leche y fruta	Cereales, leche y fruta
Martes	Galletas, leche y fruta	Sándwich mixto y fruta
Miércoles	Tostada, tomate, pavo, leche y fruta	Galletas, leche y fruta
Jueves	Cereales, leche y fruta	Pulguita, pavo y fruta
Viernes	Biscocho casero, leche y fruta	Yogur, bocadillo de jamón con tomate

Alergia a cacahuete

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a cacahuete y castaña

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a champiñón

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos, kiwi

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a gallo y rodaballo

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a higo

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a kiwi

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melocotón y derivados

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melocotón y kiwi

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melocotón, albaricoque, fresquilla, nectarina y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 PIZZA de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melocotón, cacahuete y frutos secos

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a nuez

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pistacho y castaña

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a sandía

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 PIZZA de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a sandía y kiwi

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melón y mango

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos, melón, melocotón, sandía y piña

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, manzana, pera
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melón, melocotón y manzana con piel

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Fruta del tiempo	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a plátano

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a plátano, melón, piel de la fruta

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán pera, piña, sandía (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos, plátano, melón y sandía

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán pera, manzana, piña
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a cítricos

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos, piel de la fruta

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado <u>verduras salteadas</u> P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 PIZZA de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a toda la fruta

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Yogur

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Yogur

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Yogur

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Yogur

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Yogur

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Yogur

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Yogur

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Yogur

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
Guisantes rehogados	
Tortilla de patata ensalada	
Yogur	

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Yogur

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Yogur

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Yogur

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Yogur

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Yogur

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Yogur

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Yogur

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Yogur

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Yogur

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Yogur

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Yogur

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a melocotón y sus derivados, melón, manzana, fruta con piel y cacahuete

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Yogur	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Yogur	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Yogur	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Yogur	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Yogur	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Yogur	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Yogur	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Yogur	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada P Yogur	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Yogur	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Yogur	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Yogur	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Yogur	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Yogur	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Yogur	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Yogur	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Yogur	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Yogur	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Yogur	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Yogur	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 PIZZA de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a fruta con piel y leche

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Yogur de soja

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Yogur de soja

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Yogur de soja

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Yogur de soja

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias (sin jamón york)
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur de soja

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Yogur de soja

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Yogur de soja

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Hamburguesa ensalada
P	Yogur de soja

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Yogur de soja

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada
P	Yogur de soja

13	LUNES
	Guisantes rehogados (sin jamón york)
	Tortilla de patata ensalada
	Yogur de soja

14	MARTES
1	Pasta salteada
2	Hamburguesa ensalada
P	Yogur de soja

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Yogur de soja

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Yogur de soja

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur de soja

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Tortilla francesa ensalada
P	Yogur de soja

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza al horno ensalada
P	Yogur de soja

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Yogur de soja

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Yogur de soja

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur de soja

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Yogur de soja

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Yogur de soja

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Yogur de soja

30	JUEVES
1	Crema de puerros (sin nata)
2	Hamburguesa ensalada
P	Yogur de soja

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pollo al ajillo ensalada
P	Yogur de soja

Alergia a melocotón, nuez, piel de la fruta

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado <u>verduras salteadas</u> P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 PIZZA de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Hipocalórico (la ración de los platos será un 25% más pequeña)

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Merluza a la plancha ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de calabacín ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas al horno P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas con verdura 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la plancha ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Filete de pollo a la plancha patatas al vapor P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a gluten

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 <u>Fillete de pollo a la plancha</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Albóndigas naturales en salsa</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a gluten y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 <u>Fillete de pollo a la plancha</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Albóndigas naturales en salsa</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo crudo, huevo cocido y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P Yogur
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo crudo, proteína de la leche y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo ni jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P <u>Yogur de soja</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Yogur de soja</u>
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta salteada</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P <u>Yogur de soja</u>
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P <u>Yogur de soja</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P <u>Yogur de soja</u>

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P Yogur
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón.
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo y leche

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo ni jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P <u>Yogur de soja</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Yogur de soja</u>
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P <u>Yogur de soja</u>
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P <u>Yogur de soja</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajo</u> ensalada P <u>Yogur de soja</u>

Alergia a huevo y lentejas

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Yogur</u>
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Alergia a huevo y pescado

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 <u>Ensalada de alubias</u> P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Lomo al horno</u> ensalada P <u>Yogur</u>
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Roti de pavo</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Filete de ternera a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Alergia a huevo y marisco

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Yogur</u>
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón.
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo, marisco y pollo

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 <u>Arroz hortelano</u> 2 <u>Ragut de ternera</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Yogur</u>
13 LUNES 1 Guisantes rehogados 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Bacalao en salsa verde</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 <u>Arroz con verdura</u> 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Sin ternera

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 <u>Ragut de pavo</u> ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa de pollo</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 <u>Hamburguesa de pollo</u> ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta integral salteada</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Albóndigas de pollo</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 <u>Hamburguesa de pollo</u> ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Sin carne

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 <u>Huevos cocidos con salsa</u> ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Escalope de Heura</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 <u>Arroz hortelano</u> 2 <u>Lentejas estofadas con verdura</u> P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P Yogur
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 Tortilla de patata ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 <u>Hamburguesa vegetal</u> ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 <u>Lentejas estofadas con verdura</u> P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 <u>Revuelto de calabacín</u> pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta integral con tomate</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 <u>Nuggets de Heura</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 <u>Arroz con verdura</u> 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 <u>Hamburguesa vegetal</u> ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pizza margarita</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a leche

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias (sin jamón york) 2 Limanda empanada ensalada P Yogur de soja
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Yogur de soja
13 LUNES Guisantes rehogados (sin jamón york) Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur de soja
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur de soja
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Yogur de soja

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a leche (cocinada sí)

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur de soja
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Yogur de soja
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur de soja
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur de soja
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Yogur de soja

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a lactosa, garbanzos y yogur de soja

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Huevos cocidos con salsa ensalada</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
13 LUNES <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta salteada</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P <u>Fruta del tiempo</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a lactosa, soja y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias (sin jamón york) 2 Limanda empanada ensalada P Fruta del tiempo
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Fruta del tiempo
13 LUNES Guisantes rehogados (sin jamón york) Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Fruta del tiempo
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Filete de pollo a la plancha patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas naturales en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Fruta del tiempo
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Fruta del tiempo

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a lactosa, soja, judía blanca, frutos secos, melón y melocotón

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias (sin jamón york) 2 Limanda empanada ensalada P Fruta del tiempo
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Fruta del tiempo
13 LUNES Guisantes rehogados (sin jamón york) Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Fruta del tiempo
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Filete de pollo a la plancha patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas naturales en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ragut de pavo ensalada P Fruta del tiempo
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa natural ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Fruta del tiempo

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a judías pintas

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón.
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a judías blancas y judías pintas

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 <u>Ragut de pavo ensalada</u> P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbres (excepto guisantes y judías verdes)

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Huevos cocidos con salsa ensalada</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 <u>Crema de verdura</u> 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 <u>Ragut de pavo ensalada</u> P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).

En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón

Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbres, melocotón y derivados

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	<u>Huevos cocidos con salsa ensalada</u>
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	<u>Coliflor al ajoarriero</u>
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	<u>Arroz integral tres delicias (sin guisantes)</u>
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	<u>Crema de verdura</u>
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	<u>Coliflor al ajoarriero</u>
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	<u>Espinacas rehogadas</u>
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	<u>Brócoli rehogado</u>
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	<u>Ragut de pavo ensalada</u>
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	<u>Acelgas con zanahoria</u>
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbre

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Huevos cocidos con salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	<u>Coliflor al ajoarriero</u>
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	<u>Arroz integral tres delicias (sin guisantes)</u>
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	<u>Crema de verdura</u>
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	<u>Coliflor al ajoarriero</u>
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	<u>Espinacas rehogadas</u>
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	<u>Brócoli rehogado</u>
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	<u>Ragut de pavo ensalada</u>
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	<u>Acelgas con zanahoria</u>
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbres y proteína de la leche

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Huevos cocidos con salsa ensalada</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 <u>Coliflor al ajoarriero</u> 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin guisantes ni jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 <u>Crema de verdura</u> 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada</u> P <u>Fruta del tiempo</u>
13 LUNES <u>Coliflor al ajoarriero</u> Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta salteada</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
20 LUNES 1 <u>Brócoli rehogado</u> 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 <u>Ragut de pavo ensalada</u> P <u>Fruta del tiempo</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a merluza

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 <u>Bacalao a la andaluza</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Mero al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pescado (excepto merluza)

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Merluza a la andaluza</u> ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Merluza a la andaluza</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Merluza en salsa de puerros</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pescado

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Ensalada de alubias</u> P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pescados, mariscos, lentejas y frutos secos

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Ensalada de alubias</u> P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a tomate frito

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	<u>Tortilla francesa con jamón</u> ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	<u>Palometa al horno</u> ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	<u>Hamburguesa</u> ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	<u>Pasta con verdura</u>
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	<u>Judías verdes rehogadas</u>
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	<u>Pasta integral salteada</u>
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	<u>Arroz con verdura</u>
2	<u>Pollo al ajillo</u> ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbres (excepto judía verde y blanca), huevo y plátano

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Filete de pollo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin guisantes ni huevo)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 <u>Crema de verdura</u> 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P Yogur
13 LUNES <u>Coliflor al ajoarriero</u> <u>Bacalao al horno</u> ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo a la milanesa</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Alergia a huevo, leche y déficit de DAO

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo con verdura</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo ni jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Mero a la bilbaína</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Merluza a la riojana</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 <u>Bacalao al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo con verdura</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 <u>Filete de ternera a la plancha</u> pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 Merluza a la andaluza ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P <u>Fruta del tiempo</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Palometa con tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 <u>Merluza al horno</u> ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajo</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Sin cerdo

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin jamón york)</u> 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P Yogur
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 Tortilla de patata ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 <u>Filete de ternera a la plancha</u> pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a lactosa

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias (sin jamón york) 2 Limanda empanada ensalada P Yogur de soja
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Yogur de soja
13 LUNES Guisantes rehogados (sin jamón york) Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur de soja
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur de soja
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Yogur de soja

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pimiento, tomate natural, sandía, melón, melocotón y nectarina

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado <u>verduras salteadas</u> P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pizza de jamón y queso ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, manzana, piña
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Dieta ovolactovegetariana

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 <u>Hamburguesa vegetal</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 <u>Huevos cocidos con salsa</u> ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin jamón york)</u> 2 <u>Ensalada de alubias</u> P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Cocido de garbanzos con verduras</u> P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Escalope de Heura</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 <u>Arroz hortelano</u> 2 <u>Lentejas estofadas con verdura</u> P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P Yogur
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 Tortilla de patata ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta con verdura</u> 2 <u>Hamburguesa vegetal</u> ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 <u>Lentejas estofadas con verdura</u> P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 <u>Revuelto de calabacín</u> pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta integral con tomate</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Nuggets de Heura</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Huevos cocidos con salsa de tomate</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 <u>Arroz con verdura</u> 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Tortilla francesa</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 <u>Acelgas con zanahoria</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 <u>Hamburguesa vegetal</u> ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pizza margarita</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pescados, mariscos, pollo y piel de la fruta

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 <u>Ensalada de alubias</u> P Yogur
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Canelones de carne ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 <u>Arroz hortelano</u> 2 <u>Ragut de ternera</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta a la milanesa 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Revuelto de calabacín</u> ensalada P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Tortilla francesa con jamón</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 <u>Arroz con verdura</u> 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta integral (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo, pescado, leche, trigo, soja, frutos secos, coco y cacahuetes

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 <u>Lomo adobado</u> ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 <u>Arroz integral tres delicias (sin huevo ni jamón york)</u> 2 <u>Ensalada de alubias</u> P <u>Fruta del tiempo</u>
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 <u>Hamburguesa natural</u> ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 <u>Lomo al horno</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
13 LUNES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 <u>Sajonia a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo salteada</u> 2 <u>Hamburguesa natural</u> ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 <u>Espinacas rehogadas</u> 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 <u>Ensalada de arroz integral (sin atún)</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 <u>Ensalada de garbanzos</u> P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 <u>Filete de pollo a la plancha</u> patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 <u>Albóndigas naturales en salsa</u> ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P <u>Fruta del tiempo</u>
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 <u>Filete de ternera a la plancha</u> ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 <u>Ensalada de pasta sin gluten ni huevo (sin atún)</u> 2 <u>Judías pintas estofadas</u> P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 <u>Crema de puerros (sin nata)</u> 2 <u>Hamburguesa natural</u> ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 <u>Pollo al ajillo</u> ensalada P <u>Fruta del tiempo</u>

Alergia a leche y marisco

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno ensalada P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera ensalada P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias (sin jamón york) 2 Limanda empanada ensalada P Yogur de soja
6 LUNES 1 Brócoli rehogado 2 Revuelto de chorizo ensalada P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa con tomate ensalada P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos cocidos con salsa de tomate ensalada P Yogur de soja
13 LUNES Guisantes rehogados (sin jamón york) Tortilla de patata ensalada Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta salteada 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado pisto P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza ensalada P Yogur de soja
20 LUNES 1 Judías verdes con tomate 2 Tortilla francesa ensalada P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral boloñesa 2 Merluza al horno ensalada P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas con verdura 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa ensalada P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur de soja
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón ensalada P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao ensalada P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros (sin nata) 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con tomate 2 Pollo al ajillo ensalada P Yogur de soja

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a frutos secos, LTP y kiwi

29 LUNES 1 Crema de calabacín 2 Tortilla francesa con jamón verduras salteadas P Fruta del tiempo	30 MARTES 1 Pasta salteada 2 Bacalao al horno verduras salteadas P Fruta del tiempo	1 MIÉRCOLES 1 Patatas guisadas con carne 2 Cuscús con garbanzos salteados P Fruta del tiempo	2 JUEVES 1 Judías verdes rehogadas 2 Ragut de ternera verduras salteadas P Fruta del tiempo	3 VIERNES 1 Arroz integral tres delicias 2 Limanda empanada verduras salteadas P Yogur
6 LUNES 1 Menestra de verdura 2 Revuelto de chorizo verduras salteadas P Fruta del tiempo	7 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Palometa al horno verduras salteadas P Fruta del tiempo	8 MIÉRCOLES 1 Crema de verduras y legumbre 2 Hamburguesa verduras salteadas P Fruta del tiempo	9 JUEVES 1 Paella valenciana 2 Pollo asado patatas fritas P Fruta del tiempo	10 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Huevos aurora con bacon verduras salteadas P Yogur
13 LUNES Guisantes rehogados Tortilla de patata verduras salteadas Fruta del tiempo	14 MARTES 1 Pasta con verdura 2 Hamburguesa verduras salteadas P Fruta del tiempo	15 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Pollo en su jugo patatas al vapor P Fruta del tiempo	16 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Lomo adobado verduras salteadas P Fruta del tiempo	17 VIERNES 1 Ensalada de arroz integral 2 Merluza a la andaluza verduras salteadas P Yogur
20 LUNES 1 Judías verdes rehogadas 2 Revuelto de patata, bacon y huevo verduras salteadas P Fruta del tiempo	21 MARTES 1 Pasta integral salteada 2 Merluza en salsa de puerros verduras salteadas P Fruta del tiempo	22 MIÉRCOLES 1 Patatas marinera 2 Fingers de pollo patatas fritas P Fruta del tiempo	23 JUEVES 1 Crema de calabaza 2 Albóndigas en salsa verduras salteadas P Fruta del tiempo	24 VIERNES 1 Paella valenciana 2 Ensalada de alubias P Yogur
27 LUNES 1 Crema de zanahoria 2 Revuelto de jamón verduras salteadas P Fruta del tiempo	28 MARTES 1 Ensalada de pasta integral 2 Buñuelos de bacalao verduras salteadas P Fruta del tiempo	29 MIÉRCOLES 1 Ensalada de garbanzos 2 Lacón patatas al vapor P Fruta del tiempo	30 JUEVES 1 Crema de puerros 2 Hamburguesa verduras salteadas P Fruta del tiempo	31 VIERNES 1 Arroz con verdura 2 Pollo al ajillo verduras salteadas P Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón (TODAS SIN PIEL)
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a berenjena

29	LUNES
1	Crema de calabacín
2	Tortilla francesa con jamón y tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

30	MARTES
1	Pasta salteada
2	Bacalao al horno ensalada
P	Fruta del tiempo

1	MIÉRCOLES
1	Patatas guisadas con carne
2	Cuscús con garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

2	JUEVES
1	Judías verdes rehogadas
2	Ragut de ternera ensalada
P	Fruta del tiempo

3	VIERNES
1	Arroz integral tres delicias
2	Limanda empanada ensalada
P	Yogur

6	LUNES
1	Brócoli rehogado
2	Revuelto de chorizo ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Palometa con tomate ensalada
P	Fruta del tiempo

8	MIÉRCOLES
1	Crema de verduras y legumbre
2	Canelones de carne ensalada
P	Fruta del tiempo

9	JUEVES
1	Paella valenciana
2	Pollo asado patatas fritas
P	Fruta del tiempo

10	VIERNES
1	Patatas riojana
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Yogur

13	LUNES
	Guisantes rehogados
	Tortilla de patata ensalada
	Fruta del tiempo

14	MARTES
1	Pasta a la milanesa
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

15	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Pollo en su jugo patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

16	JUEVES
1	Crema de verdura
2	Lomo adobado pisto
P	Fruta del tiempo

17	VIERNES
1	Ensalada de arroz integral
2	Merluza a la andaluza ensalada
P	Yogur

20	LUNES
1	Judías verdes con tomate
2	Revuelto de patata, bacon y huevo ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MARTES
1	Pasta integral boloñesa
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo

22	MIÉRCOLES
1	Patatas marinera
2	Fingers de pollo patatas fritas
P	Fruta del tiempo

23	JUEVES
1	Crema de calabaza
2	Albóndigas en salsa ensalada
P	Fruta del tiempo

24	VIERNES
1	Paella valenciana
2	Ensalada de alubias
P	Yogur

27	LUNES
1	Crema de zanahoria
2	Revuelto de jamón ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MARTES
1	Ensalada de pasta integral
2	Buñuelos de bacalao ensalada
P	Fruta del tiempo

29	MIÉRCOLES
1	Ensalada de garbanzos
2	Lacón patatas al vapor
P	Fruta del tiempo

30	JUEVES
1	Crema de puerros
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

31	VIERNES
1	Arroz con tomate
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
 En este mes las frutas serán plátano, piña, sandía, melón
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.