

5 LUNES*				
1	Crema de calabaza <i>Pumpkin cream</i>			
2	Hamburguesa de pollo con ensalada <i>Chicken hamburger with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
584	24,5	68,6	21,6	

6 MARTES				
1	Pasta boloñesa <i>Pasta Bolognese</i>			
2	Merluza a la marinera con ensalada <i>Hake in a seafood sauce with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
596	19,9	87,8	16,2	

7 MIÉRCOLES				
1	Judías verdes rehogadas <i>Sautéed green beans</i>			
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras con patatas al horno <i>Veggie meatballs with vegetable sauce with baked potatoes</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
628	28,2	71,6	22,1	

8 JUEVES*				
1	Alubias blancas con verdura <i>White beans stewed with vegetables</i>			
2	Pollo en su jugo con ensalada <i>Chicken in its own juices with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
701	35,1	72,2	26,0	

9 VIERNES				
1	Arroz integral con tomate <i>Brown rice with tomato sauce</i>			
2	Bacalao en salsa verde con ensalada <i>Cod in green sauce with salad</i>			
P	Yogur Yogurt			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
783	24,1	87,4	36,3	

12 LUNES				
FESTIVO				
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	

13 MARTES				
1	Arroz hortelano <i>Rice with vegetables</i>			
2	Huevos aurora con bacon con ensalada <i>Hard-boiled eggs with Aurora sauce and bacon with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
677	14,6	101,0	22,0	

14 MIÉRCOLES				
1	Brócoli rehogado <i>Sautéed broccoli</i>			
2	Hamburguesa con ensalada <i>Hamburger with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
737	32,8	60,9	37,2	

15 JUEVES*				
1	Sopa de cocido <i>Madrid style stew: Noodle soup</i>			
2	Cocido completo <i>Madrid style stew: chickpeas, carrots, potato, beef & chicken.</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
610	26,5	94,0	11,3	

16 VIERNES*				
1	Pasta integral carbonara <i>Whole wheat pasta carbonara</i>			
2	Marrajo horno con ensalada <i>Baked mako shark with salad</i>			
P	Yogur Yogurt			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
838	44,4	74,1	39,3	

19 LUNES*				
1	Revuelto de calabacín <i>Scrambled eggs with zucchini</i>			
2	Pasta integral boloñesa de soja con ensalada <i>Whole wheat pasta with soy Bolognese sauce with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
659	22,7	83,5	24,0	

20 MARTES				
1	Crema de zanahoria <i>Carrot cream</i>			
2	Bacalao con pisto con ensalada <i>Cod with vegetable ratatouille with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
560	33,8	65,8	16,0	

21 MIÉRCOLES				
1	Lentejas estofadas con verdura <i>Lentils stew with vegetables</i>			
2	Sajonia a la plancha con ensalada <i>Grilled Saxony pork with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
800	33,7	78,7	35,5	

22 JUEVES*				
1	Menestra de verdura <i>Vegetable stew</i>			
2	Ragut de pollo con patatas dado <i>Chicken ragout with diced potatoes</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
748	32,7	80,3	29,5	

23 VIERNES				
1	Arroz tres delicias <i>Chinese fried rice</i>			
2	Merluza en salsa de puerros con ensalada <i>Hake in leek sauce with salad</i>			
P	Yogur Yogurt			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
633	29,1	86,2	18,4	

26 LUNES*				
1	Pasta napolitana <i>Neapolitan pasta</i>			
2	Lomo adobado con ensalada <i>Marinated pork loin with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
885	28,8	92,0	41,9	

27 MARTES				
1	Judías verdes con tomate <i>Sautéed green beans with tomato sauce</i>			
2	Tilapia en salsa marinera con ensalada <i>Tilapia fish in a seafood sauce with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
534	22,1	64,7	18,3	

28 MIÉRCOLES				
1	Sopa maravilla <i>Maravilla soup</i>			
2	Garbanzos salteados <i>Sautéed chickpeas</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
647	25,6	89,1	17,9	

29 JUEVES*				
1	Arroz integral a la milanese <i>Milanese brown rice</i>			
2	Pollo asado con ensalada <i>Roast chicken with salad</i>			
P	Fruta del tiempo Seasonal fruit			
Calorías	Proteínas	H.C.	Lípidos	
774	33,1	94,6	27,6	

30 VIERNES*				
1	Crema de calabaza <i>Pumpkin cream</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	
615	22,0	69,5	26,4	

Todos los menús irán acompañados de agua y pan (*o pan integral).
En este mes las frutas serán plátano, pera, manzana y naranja
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, pear, apples and orange
This menu has been supervised by the School Management

SUGERENCIA DE CENAS SUGGESTIONS FOR DINNERS

				01 JUEVES / THURSDAY Ensalada y pescado Salad and fish	02 VIERNES / FRIDAY Verdura y huevo Vegetables and egg
05 LUNES / MONDAY Patata y pescado Potato and fish	06 MARTES / TUESDAY Verdura y huevo Vegetables and egg	07 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Arroz y pescado Rice and fish	08 JUEVES / THURSDAY Sopa y ave Soup and poultry	09 VIERNES / FRIDAY Verdura y ternera Vegetables and beef	
12 LUNES / MONDAY <i>Festivo.</i>	13 MARTES / TUESDAY Verdura y cerdo Vegetables and pork	14 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Patata y pescado Potato and fish	15 JUEVES / THURSDAY Ensalada y huevo Salad and egg	16 VIERNES / FRIDAY Verduras y ave Vegetables and poultry	
19 LUNES / MONDAY Ensalada y pescado Salad and fish	20 MARTES / TUESDAY Verduras y ave Vegetables and poultry	21 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Sopa y huevo Soup and egg	22 JUEVES / THURSDAY Verdura y pescado Vegetables and fish	23 VIERNES / FRIDAY Ensalada y ternera Salad and beef	
26 LUNES / MONDAY Verdura y pescado Vegetables and fish	27 MARTES / TUESDAY Arroz y ave Rice and poultry	28 MIÉRCOLES/ WEDNESDAY Ensalada y huevo Salad and egg	29 JUEVES / THURSDAY Verdura y cerdo Vegetables and pork	30 VIERNES / FRIDAY Sopa y pescado Soup 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	Bocatín 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	Bocatín de pavo y fruta
Viernes	Bizcocho 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	Bizcocho casero, leche y fruta	Yogur, bocadillo de jamón con tomate



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

Alergia a cacahuete y castaña

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES
1	Alubias blancas con verdura
2	Pollo en su jugo ensalada
P	Fruta del tiempo

9	VIERNES
1	Arroz integral con tomate
2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Yogur

15	JUEVES
1	Sopa de cocido
2	Cocido completo
P	Fruta del tiempo

16	VIERNES
1	Pasta integral carbonara
2	Marrajo horno ensalada
P	Yogur

22	JUEVES
1	Menestra de verdura
2	Ragut de pollo patatas dado
P	Fruta del tiempo

23	VIERNES
1	Arroz tres delicias
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Yogur

29	JUEVES
1	Arroz integral a la milanesa
2	Pollo asado ensalada
P	Fruta del tiempo

30	VIERNES
1	Crema de calabaza
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6	MARTES
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7 MIÉRCOLES	
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	<i>FESTIVO</i>

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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



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

Alergia a gallo y rodaballo

[illegible]

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

Alergia a higo

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

22	JUEVES
1	Menestra de verdura
2	Ragut de pollo patatas dado
P	Fruta del tiempo

23	VIERNES
1	Arroz tres delicias
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Yogur

29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6	MARTES
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MIÉRCOLES
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	FESTIVO

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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



OCTUBRE 2026



1 JUEVES 1 Guisantes rehogados 2 Lomo al horno puré de patata P Fruta del tiempo	2 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
8 JUEVES 1 Alubias blancas con verdura 2 Pollo en su jugo ensalada P Fruta del tiempo	9 VIERNES 1 Arroz integral con tomate 2 Bacalao en salsa verde ensalada P Yogur
15 JUEVES 1 Sopa de cocido 2 Cocido completo P Fruta del tiempo	16 VIERNES 1 Pasta integral carbonara 2 Marrajo horno ensalada P Yogur
22 JUEVES 1 Menestra de verdura 2 Ragut de pollo patatas dado P Fruta del tiempo	23 VIERNES 1 Arroz tres delicias 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Yogur
29 JUEVES 1 Arroz integral a la milanesa 2 Pollo asado ensalada P Fruta del tiempo	30 VIERNES 1 Crema de calabaza 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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.



30	VIERNES
1	Crema de calabaza
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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.



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

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

					<table><tr><td>1</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Guisantes rehogados</td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo al horno puré de patata</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	1	JUEVES	1	Guisantes rehogados	2	Lomo al horno puré de patata	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>2</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Patatas riojana</td></tr><tr><td>2</td><td>Limanda empanada ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	2	VIERNES	1	Patatas riojana	2	Limanda empanada ensalada	P	Yogur																						
1	JUEVES																																											
1	Guisantes rehogados																																											
2	Lomo al horno puré de patata																																											
P	Fruta del tiempo																																											
2	VIERNES																																											
1	Patatas riojana																																											
2	Limanda empanada ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>5</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td>Hamburguesa de pollo ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	5	LUNES	1	Crema de calabaza	2	Hamburguesa de pollo ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>6</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Pasta boloñesa</td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza a la marinera ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	6	MARTES	1	Pasta boloñesa	2	Merluza a la marinera ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>7</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Judías verdes rehogadas</td></tr><tr><td>2</td><td>Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	7	MIÉRCOLES	1	Judías verdes rehogadas	2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>8</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Alubias blancas con verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Pollo en su jugo ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	8	JUEVES	1	Alubias blancas con verdura	2	Pollo en su jugo ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>9</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz integral con tomate</td></tr><tr><td>2</td><td>Bacalao en salsa verde ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	9	VIERNES	1	Arroz integral con tomate	2	Bacalao en salsa verde ensalada	P	Yogur
5	LUNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
2	Hamburguesa de pollo ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
6	MARTES																																											
1	Pasta boloñesa																																											
2	Merluza a la marinera ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
7	MIÉRCOLES																																											
1	Judías verdes rehogadas																																											
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno																																											
P	Fruta del tiempo																																											
8	JUEVES																																											
1	Alubias blancas con verdura																																											
2	Pollo en su jugo ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
9	VIERNES																																											
1	Arroz integral con tomate																																											
2	Bacalao en salsa verde ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>12</td><td>LUNES</td></tr><tr><td colspan="2">FESTIVO</td></tr></table>	12	LUNES	FESTIVO		<table><tr><td>13</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz hortelano</td></tr><tr><td>2</td><td>Huevos aurora con bacon ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	13	MARTES	1	Arroz hortelano	2	Huevos aurora con bacon ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>14</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Brócoli rehogado</td></tr><tr><td>2</td><td>Hamburguesa ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	14	MIÉRCOLES	1	Brócoli rehogado	2	Hamburguesa ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>15</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Sopa de cocido</td></tr><tr><td>2</td><td>Cocido completo</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	15	JUEVES	1	Sopa de cocido	2	Cocido completo	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>16</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Pasta integral carbonara</td></tr><tr><td>2</td><td>Marrajo horno ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	16	VIERNES	1	Pasta integral carbonara	2	Marrajo horno ensalada	P	Yogur				
12	LUNES																																											
FESTIVO																																												
13	MARTES																																											
1	Arroz hortelano																																											
2	Huevos aurora con bacon ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
14	MIÉRCOLES																																											
1	Brócoli rehogado																																											
2	Hamburguesa ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
15	JUEVES																																											
1	Sopa de cocido																																											
2	Cocido completo																																											
P	Fruta del tiempo																																											
16	VIERNES																																											
1	Pasta integral carbonara																																											
2	Marrajo horno ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>19</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Revuelto de calabacín</td></tr><tr><td>2</td><td>Pasta integral boloñesa de soja ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	19	LUNES	1	Revuelto de calabacín	2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>20</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de zanahoria</td></tr><tr><td>2</td><td>Bacalao con pisto ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	20	MARTES	1	Crema de zanahoria	2	Bacalao con pisto ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>21</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Lentejas estofadas con verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Sajonia a la plancha ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	21	MIÉRCOLES	1	Lentejas estofadas con verdura	2	Sajonia a la plancha ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>22</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Menestra de verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Ragut de pollo patatas dado</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	22	JUEVES	1	Menestra de verdura	2	Ragut de pollo patatas dado	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>23</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz tres delicias</td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza en salsa de puerros ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	23	VIERNES	1	Arroz tres delicias	2	Merluza en salsa de puerros ensalada	P	Yogur
19	LUNES																																											
1	Revuelto de calabacín																																											
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
20	MARTES																																											
1	Crema de zanahoria																																											
2	Bacalao con pisto ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
21	MIÉRCOLES																																											
1	Lentejas estofadas con verdura																																											
2	Sajonia a la plancha ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
22	JUEVES																																											
1	Menestra de verdura																																											
2	Ragut de pollo patatas dado																																											
P	Fruta del tiempo																																											
23	VIERNES																																											
1	Arroz tres delicias																																											
2	Merluza en salsa de puerros ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>26</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Pasta napolitana</td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo adobado ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	26	LUNES	1	Pasta napolitana	2	Lomo adobado ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>27</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Judías verdes con tomate</td></tr><tr><td>2</td><td>Tilapia en salsa marinera ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	27	MARTES	1	Judías verdes con tomate	2	Tilapia en salsa marinera ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>28</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Sopa maravilla</td></tr><tr><td>2</td><td>Garbanzos salteados</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	28	MIÉRCOLES	1	Sopa maravilla	2	Garbanzos salteados	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>29</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz integral a la milanesa</td></tr><tr><td>2</td><td>Pollo asado ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	29	JUEVES	1	Arroz integral a la milanesa	2	Pollo asado ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>30</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td>Pizza de jamón y queso ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	30	VIERNES	1	Crema de calabaza	2	Pizza de jamón y queso ensalada	P	Yogur
26	LUNES																																											
1	Pasta napolitana																																											
2	Lomo adobado ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
27	MARTES																																											
1	Judías verdes con tomate																																											
2	Tilapia en salsa marinera ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
28	MIÉRCOLES																																											
1	Sopa maravilla																																											
2	Garbanzos salteados																																											
P	Fruta del tiempo																																											
29	JUEVES																																											
1	Arroz integral a la milanesa																																											
2	Pollo asado ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
30	VIERNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a pistacho y castaña

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6 MARTES	
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MIÉRCOLES
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	FESTIVO

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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

Alergia a sandía

[illegible]

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



1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

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

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

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



1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

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

Alergia a plátano

[illegible]

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

Alergia a plátano, melón, piel de la fruta

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES
1	Alubias blancas con verdura
2	Pollo en su jugo ensalada
P	Fruta del tiempo

9	VIERNES
1	Arroz integral con tomate
2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Yogur

15	JUEVES
1	Sopa de cocido
2	Cocido completo
P	Fruta del tiempo

16	VIERNES
1	Pasta integral carbonara
2	Marrajo horno ensalada
P	Yogur

22	JUEVES
1	Menestra de verdura
2	Ragut de pollo patatas dado
P	Fruta del tiempo

23	VIERNES
1	Arroz tres delicias
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Yogur

29	JUEVES
1	Arroz integral a la milanesa
2	Pollo asado ensalada
P	Fruta del tiempo

30	VIERNES
1	Crema de calabaza
2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6	MARTES
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7 MIÉRCOLES	
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	<i>FESTIVO</i>

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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

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

Alergia a cítricos

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

22	JUEVES
1	Menestra de verdura
2	Ragut de pollo patatas dado
P	Fruta del tiempo

23	VIERNES
1	Arroz tres delicias
2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Yogur

29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6	MARTES
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MIÉRCOLES
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	FESTIVO

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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

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, nuez, piel de la fruta

					1 JUEVES 1 Guisantes rehogados 2 Lomo al horno puré de patata P Fruta del tiempo	2 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
5 LUNES 1 Crema de calabaza 2 Hamburguesa de pollo ensalada P Fruta del tiempo	6 MARTES 1 Pasta boloñesa 2 Merluza a la marinera ensalada P Fruta del tiempo	7 MIÉRCOLES 1 Judías verdes rehogadas 2 Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno P Fruta del tiempo	8 JUEVES 1 Alubias blancas con verdura 2 Pollo en su jugo ensalada P Fruta del tiempo	9 VIERNES 1 Arroz integral con tomate 2 Bacalao en salsa verde ensalada P Yogur		
12 LUNES FESTIVO	13 MARTES 1 Arroz hortelano 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Fruta del tiempo	14 MIÉRCOLES 1 Brócoli rehogado 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 JUEVES 1 Sopa de cocido 2 Cocido completo P Fruta del tiempo	16 VIERNES 1 Pasta integral carbonara 2 Marrajo horno ensalada P Yogur		
19 LUNES 1 Revuelto de calabacín 2 Pasta integral boloñesa de soja ensalada P Fruta del tiempo	20 MARTES 1 Crema de zanahoria 2 Bacalao con pisto ensalada P Fruta del tiempo	21 MIÉRCOLES 1 Lentejas estofadas con verdura 2 Sajonia a la plancha ensalada P Fruta del tiempo	22 JUEVES 1 Menestra de verdura 2 Ragut de pollo patatas dado P Fruta del tiempo	23 VIERNES 1 Arroz tres delicias 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Yogur		
26 LUNES 1 Pasta napolitana 2 Lomo adobado ensalada P Fruta del tiempo	27 MARTES 1 Judías verdes con tomate 2 Tilapia en salsa marinera ensalada P Fruta del tiempo	28 MIÉRCOLES 1 Sopa maravilla 2 Garbanzos salteados P Fruta del tiempo	29 JUEVES 1 Arroz integral a la milanesa 2 Pollo asado ensalada P Fruta del tiempo	30 VIERNES 1 Crema de calabaza 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, pera, manzana y naranja (TODAS SIN PIEL).
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

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



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

Alergia a gluten y frutos secos

[illegible]

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

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

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

[illegible]

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

Alergia a huevo

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

15	JUEVES	16	VIERNES
1	<u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u>	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u>
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias (sin huevo)
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

5	LUNES	6	MARTES	7	MIÉRCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES
1	Crema de calabaza	1	Pasta sin gluten ni huevo boloñesa	1	Judías verdes rehogadas	1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Hamburguesa de pollo ensalada	2	Merluza a la marinera ensalada	2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno	2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Yogur

12	LUNES	13	MARTES	14	MIÉRCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES
		1	Arroz hortelano	1	Brócoli rehogado	1	Sopa de cocido sin gluten ni huevo	1	Pasta sin gluten ni huevo carbonara
	FESTIVO	2	Cinta de lomo ensalada	2	Hamburguesa ensalada	2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
		P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Yogur

19	LUNES	20	MARTES	21	MIÉRCOLES	22	JUEVES	23	VIERNES
1	Brócoli rehogado	1	Crema de zanahoria	1	Lentejas estofadas con verdura	1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias (sin huevo)
2	Pasta sin gluten ni huevo boloñesa de soja ensalada	2	Bacalao con pisto ensalada	2	Sajonia a la plancha ensalada	2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Yogur

26	LUNES	27	MARTES	28	MIÉRCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES
1	Pasta sin gluten ni huevo napolitana	1	Judías verdes con tomate	1	Sopa maravilla sin gluten ni huevo	1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Lomo adobado ensalada	2	Tilapia en salsa marinera ensalada	2	Garbanzos salteados	2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Yogur

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

Alergia a huevo y leche

1 JUEVES 1 <u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u> 2 Lomo al horno <u>patatas al vapor</u> P Fruta del tiempo	2 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Limanda empanada ensalada P <u>Yogur de soja</u>
8 JUEVES 1 Alubias blancas con verdura 2 Pollo en su jugo ensalada P Fruta del tiempo	9 VIERNES 1 Arroz integral con tomate 2 Bacalao en salsa verde ensalada P <u>Yogur de soja</u>
15 JUEVES 1 <u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u> 2 Cocido completo P Fruta del tiempo	16 VIERNES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo con tomate</u> 2 Marrajo horno ensalada P <u>Yogur de soja</u>
22 JUEVES 1 Menestra de verdura 2 Ragut de pollo patatas dado P Fruta del tiempo	23 VIERNES 1 <u>Arroz con tomate</u> 2 <u>Merluza a la plancha</u> ensalada P <u>Yogur de soja</u>
29 JUEVES 1 Arroz integral a la milanesa 2 Pollo asado ensalada P Fruta del tiempo	30 VIERNES 1 Crema de calabaza 2 <u>Filete de ternera a la plancha</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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.



Alergia a huevo y lentejas

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
15	JUEVES	16	VIERNES
1	<u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u>	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u>
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	<u>Arroz tres delicias (sin huevo)</u>
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur
29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

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

Alergia a huevo y pescado

[illegible]

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

Alergia a huevo, marisco y pollo

					<table><tr><th>1</th><th>JUEVES</th></tr><tr><td>1</td><td>Guisantes rehogados</td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo al horno puré de patata</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	1	JUEVES	1	Guisantes rehogados	2	Lomo al horno puré de patata	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>2</th><th>VIERNES</th></tr><tr><td>1</td><td>Patatas riojana</td></tr><tr><td>2</td><td>Limanda empanada ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	2	VIERNES	1	Patatas riojana	2	Limanda empanada ensalada	P	Yogur																						
1	JUEVES																																											
1	Guisantes rehogados																																											
2	Lomo al horno puré de patata																																											
P	Fruta del tiempo																																											
2	VIERNES																																											
1	Patatas riojana																																											
2	Limanda empanada ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><th>5</th><th>LUNES</th></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Hamburguesa</u> ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	5	LUNES	1	Crema de calabaza	2	<u>Hamburguesa</u> ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>6</th><th>MARTES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza a la marinera ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	6	MARTES	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u>	2	Merluza a la marinera ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>7</th><th>MIÉRCOLES</th></tr><tr><td>1</td><td>Judías verdes rehogadas</td></tr><tr><td>2</td><td>Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	7	MIÉRCOLES	1	Judías verdes rehogadas	2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>8</th><th>JUEVES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Crema de verdura</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Alubias blancas con verdura</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	8	JUEVES	1	<u>Crema de verdura</u>	2	Alubias blancas con verdura	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>9</th><th>VIERNES</th></tr><tr><td>1</td><td>Arroz integral con tomate</td></tr><tr><td>2</td><td>Bacalao en salsa verde ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	9	VIERNES	1	Arroz integral con tomate	2	Bacalao en salsa verde ensalada	P	Yogur
5	LUNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
2	<u>Hamburguesa</u> ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
6	MARTES																																											
1	<u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u>																																											
2	Merluza a la marinera ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
7	MIÉRCOLES																																											
1	Judías verdes rehogadas																																											
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno																																											
P	Fruta del tiempo																																											
8	JUEVES																																											
1	<u>Crema de verdura</u>																																											
2	Alubias blancas con verdura																																											
P	Fruta del tiempo																																											
9	VIERNES																																											
1	Arroz integral con tomate																																											
2	Bacalao en salsa verde ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><th>12</th><th>LUNES</th></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>FESTIVO</td></tr><tr><td></td><td></td></tr></table>	12	LUNES				FESTIVO			<table><tr><th>13</th><th>MARTES</th></tr><tr><td>1</td><td>Arroz hortelano</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Cinta de lomo</u> ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	13	MARTES	1	Arroz hortelano	2	<u>Cinta de lomo</u> ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>14</th><th>MIÉRCOLES</th></tr><tr><td>1</td><td>Brócoli rehogado</td></tr><tr><td>2</td><td>Hamburguesa ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	14	MIÉRCOLES	1	Brócoli rehogado	2	Hamburguesa ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>15</th><th>JUEVES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u></td></tr><tr><td>2</td><td><u>Cocido de garbanzos con ternera</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	15	JUEVES	1	<u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u>	2	<u>Cocido de garbanzos con ternera</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>16</th><th>VIERNES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Marrajo horno ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	16	VIERNES	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u>	2	Marrajo horno ensalada	P	Yogur
12	LUNES																																											
	FESTIVO																																											
13	MARTES																																											
1	Arroz hortelano																																											
2	<u>Cinta de lomo</u> ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
14	MIÉRCOLES																																											
1	Brócoli rehogado																																											
2	Hamburguesa ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
15	JUEVES																																											
1	<u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u>																																											
2	<u>Cocido de garbanzos con ternera</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
16	VIERNES																																											
1	<u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u>																																											
2	Marrajo horno ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><th>19</th><th>LUNES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Brócoli rehogado</u></td></tr><tr><td>2</td><td><u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa de soja</u> ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	19	LUNES	1	<u>Brócoli rehogado</u>	2	<u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa de soja</u> ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>20</th><th>MARTES</th></tr><tr><td>1</td><td>Crema de zanahoria</td></tr><tr><td>2</td><td>Bacalao con pisto ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	20	MARTES	1	Crema de zanahoria	2	Bacalao con pisto ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>21</th><th>MIÉRCOLES</th></tr><tr><td>1</td><td>Lentejas estofadas con verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Sajonia a la plancha ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	21	MIÉRCOLES	1	Lentejas estofadas con verdura	2	Sajonia a la plancha ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>22</th><th>JUEVES</th></tr><tr><td>1</td><td>Menestra de verdura</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Ragut de pavo</u> patatas dado</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	22	JUEVES	1	Menestra de verdura	2	<u>Ragut de pavo</u> patatas dado	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>23</th><th>VIERNES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Arroz tres delicias (sin huevo)</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza en salsa de puerros ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	23	VIERNES	1	<u>Arroz tres delicias (sin huevo)</u>	2	Merluza en salsa de puerros ensalada	P	Yogur
19	LUNES																																											
1	<u>Brócoli rehogado</u>																																											
2	<u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa de soja</u> ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
20	MARTES																																											
1	Crema de zanahoria																																											
2	Bacalao con pisto ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
21	MIÉRCOLES																																											
1	Lentejas estofadas con verdura																																											
2	Sajonia a la plancha ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
22	JUEVES																																											
1	Menestra de verdura																																											
2	<u>Ragut de pavo</u> patatas dado																																											
P	Fruta del tiempo																																											
23	VIERNES																																											
1	<u>Arroz tres delicias (sin huevo)</u>																																											
2	Merluza en salsa de puerros ensalada																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><th>26</th><th>LUNES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Pasta sin gluten ni huevo napolitana</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo adobado ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	26	LUNES	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo napolitana</u>	2	Lomo adobado ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>27</th><th>MARTES</th></tr><tr><td>1</td><td>Judías verdes con tomate</td></tr><tr><td>2</td><td>Tilapia en salsa marinera ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	27	MARTES	1	Judías verdes con tomate	2	Tilapia en salsa marinera ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>28</th><th>MIÉRCOLES</th></tr><tr><td>1</td><td><u>Sopa maravilla sin gluten ni huevo</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Garbanzos salteados</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	28	MIÉRCOLES	1	<u>Sopa maravilla sin gluten ni huevo</u>	2	Garbanzos salteados	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>29</th><th>JUEVES</th></tr><tr><td>1</td><td>Arroz integral a la milanesa</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Magro de cerdo</u> ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	29	JUEVES	1	Arroz integral a la milanesa	2	<u>Magro de cerdo</u> ensalada	P	Fruta del tiempo	<table><tr><th>30</th><th>VIERNES</th></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td>Pizza de jamón y queso ensalada</td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	30	VIERNES	1	Crema de calabaza	2	Pizza de jamón y queso ensalada	P	Yogur
26	LUNES																																											
1	<u>Pasta sin gluten ni huevo napolitana</u>																																											
2	Lomo adobado ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
27	MARTES																																											
1	Judías verdes con tomate																																											
2	Tilapia en salsa marinera ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
28	MIÉRCOLES																																											
1	<u>Sopa maravilla sin gluten ni huevo</u>																																											
2	Garbanzos salteados																																											
P	Fruta del tiempo																																											
29	JUEVES																																											
1	Arroz integral a la milanesa																																											
2	<u>Magro de cerdo</u> ensalada																																											
P	Fruta del tiempo																																											
30	VIERNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.



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

[illegible]

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



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

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

Alergia a judías pintas

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno puré de patata	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral carbonara
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza en salsa de puerros ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Pizza de jamón y queso ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur

5	LUNES
1	Crema de calabaza
2	Hamburguesa de pollo ensalada
P	Fruta del tiempo

6 MARTES	
1	Pasta boloñesa
2	Merluza a la marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

7	MIÉRCOLES
1	Judías verdes rehogadas
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo

12	LUNES
	FESTIVO

13	MARTES
1	Arroz hortelano
2	Huevos aurora con bacon ensalada
P	Fruta del tiempo

14	MIÉRCOLES
1	Brócoli rehogado
2	Hamburguesa ensalada
P	Fruta del tiempo

19	LUNES
1	Revuelto de calabacín
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada
P	Fruta del tiempo

20	MARTES
1	Crema de zanahoria
2	Bacalao con pisto ensalada
P	Fruta del tiempo

21	MIÉRCOLES
1	Lentejas estofadas con verdura
2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo

26	LUNES
1	Pasta napolitana
2	Lomo adobado ensalada
P	Fruta del tiempo

27	MARTES
1	Judías verdes con tomate
2	Tilapia en salsa marinera ensalada
P	Fruta del tiempo

28	MIÉRCOLES
1	Sopa maravilla
2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo

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

Alergia a legumbres (excepto guisantes y judías verdes)

[illegible]

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

Alergia a legumbres, melocotón y derivados

5 LUNES 1 Crema de calabaza 2 Hamburguesa de pollo ensalada P Fruta del tiempo	6 MARTES 1 Pasta boloñesa 2 Merluza a la marinera ensalada P Fruta del tiempo	7 MIÉRCOLES 1 Acelgas con zanahoria 2 Albóndigas en salsa patatas al horno P Fruta del tiempo	8 JUEVES 1 Crema de verdura 2 Pollo en su jugo ensalada P Fruta del tiempo	9 VIERNES 1 Arroz integral con tomate 2 Bacalao en salsa verde ensalada P Yogur
12 LUNES FESTIVO	13 MARTES 1 Arroz hortelano (sin guisantes ni judías verdes) 2 Huevos aurora con bacon ensalada P Fruta del tiempo	14 MIÉRCOLES 1 Brócoli rehogado 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 JUEVES 1 Sopa de fideos 2 Filete de pollo a la plancha ensalada P Fruta del tiempo	16 VIERNES 1 Pasta integral carbonara 2 Marrajo horno ensalada P Yogur
19 LUNES 1 Revuelto de calabacín 2 Pasta integral boloñesa de soja ensalada P Fruta del tiempo	20 MARTES 1 Crema de zanahoria 2 Bacalao con pisto ensalada P Fruta del tiempo	21 MIÉRCOLES 1 Coliflor al ajoarriero 2 Sajonia a la plancha ensalada P Fruta del tiempo	22 JUEVES 1 Menestra de verdura (sin guisantes ni judías verdes) 2 Ragut de pollo patatas dado P Fruta del tiempo	23 VIERNES 1 Arroz tres delicias (sin guisantes) 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Yogur
26 LUNES 1 Pasta napolitana 2 Lomo adobado ensalada P Fruta del tiempo	27 MARTES 1 Patatas con verdura 2 Tilapia en salsa marinera ensalada P Fruta del tiempo	28 MIÉRCOLES 1 Sopa maravilla 2 Garbanzos salteados P Fruta del tiempo	29 JUEVES 1 Arroz integral a la milanesa 2 Pollo asado ensalada P Fruta del tiempo	30 VIERNES 1 Crema de calabaza 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 y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a legumbre

[illegible]

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



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



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

[illegible]

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

Alergia a pescado

[illegible]

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



5	LUNES	6	MARTES	7	MIÉRCOLES
1	Crema de calabaza	1	Pasta boloñesa	1	Judías verdes rehogadas
2	Hamburguesa de pollo ensalada	2	<u>Garbanzos salteados</u>	2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo
12	LUNES	13	MARTES	14	MIÉRCOLES
		1	Arroz hortelano	1	Brócoli rehogado
	<i>FESTIVO</i>	2	Huevos aurora con bacon ensalada	2	Hamburguesa ensalada
		P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo
19	LUNES	20	MARTES	21	MIÉRCOLES
1	Revuelto de calabacín	1	Crema de zanahoria	1	<u>Coliflor al ajoarriero</u>
2	Pasta integral boloñesa de soja ensalada	2	<u>Tortilla de patata</u> ensalada	2	Sajonia a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo
26	LUNES	27	MARTES	28	MIÉRCOLES
1	Pasta napolitana	1	Judías verdes con tomate	1	Sopa maravilla
2	Lomo adobado ensalada	2	<u>Filete de ternera a la plancha</u> ensalada	2	Garbanzos salteados
P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo	P	Fruta del tiempo

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



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

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

					1 JUEVES 1 <u>Patatas con verdura</u> 2 Lomo al horno puré de patata P Fruta del tiempo	2 VIERNES 1 Patatas riojana 2 Limanda empanada ensalada P Yogur
5 LUNES 1 Crema de calabaza 2 Hamburguesa de pollo ensalada P Fruta del tiempo	6 MARTES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa</u> 2 Merluza a la marinera ensalada P Fruta del tiempo	7 MIÉRCOLES 1 Judías verdes rehogadas 2 <u>Albóndigas en salsa</u> patatas al horno P Fruta del tiempo	8 JUEVES 1 Alubias blancas con verdura 2 Pollo en su jugo ensalada P Fruta del tiempo	9 VIERNES 1 Arroz integral con tomate 2 Bacalao en salsa verde ensalada P Yogur		
12 LUNES <i>FESTIVO</i>	13 MARTES 1 <u>Arroz hortelano (sin guisantes)</u> 2 <u>Cinta de lomo</u> ensalada P Fruta del tiempo	14 MIÉRCOLES 1 Brócoli rehogado 2 Hamburguesa ensalada P Fruta del tiempo	15 JUEVES 1 <u>Sopa de fideos sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Filete de pollo a la plancha</u> <u>ensalada</u> P Fruta del tiempo	16 VIERNES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo carbonara</u> 2 Marrajo horno ensalada P Yogur		
19 LUNES 1 <u>Brócoli rehogado</u> 2 <u>Pasta sin gluten ni huevo boloñesa de soja</u> ensalada P Fruta del tiempo	20 MARTES 1 Crema de zanahoria 2 Bacalao con pisto ensalada P Fruta del tiempo	21 MIÉRCOLES 1 <u>Coliflor al ajoarriero</u> 2 Sajonia a la plancha ensalada P Fruta del tiempo	22 JUEVES 1 <u>Menestra de verdura (sin guisantes)</u> 2 Ragut de pollo patatas dado P Fruta del tiempo	23 VIERNES 1 <u>Arroz tres delicias (sin guisantes ni huevo)</u> 2 Merluza en salsa de puerros ensalada P Yogur		
26 LUNES 1 <u>Pasta sin gluten ni huevo napolitana</u> 2 Lomo adobado ensalada P Fruta del tiempo	27 MARTES 1 Judías verdes con tomate 2 Tilapia en salsa marinera ensalada P Fruta del tiempo	28 MIÉRCOLES 1 <u>Sopa maravilla sin gluten ni huevo</u> 2 <u>Filete de pavo a la plancha</u> <u>ensalada</u> P Fruta del tiempo	29 JUEVES 1 Arroz integral a la milanesa 2 Pollo asado ensalada P Fruta del tiempo	30 VIERNES 1 Crema de calabaza 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 y naranja.
 Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.

Alergia a huevo, leche y déficit de DAO

[illegible]

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

[illegible]

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

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

Dieta ovolactovegetariana

[illegible]

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

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

[illegible]

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



1	JUEVES	2	VIERNES
1	<u>Guisantes rehogados (sin jamón york)</u>	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno <u>patatas al vapor</u>	2	<u>Ludías pintas estofadas</u>
P	Fruta del tiempo	P	<u>Fruta del tiempo</u>
8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	<u>Sajonia a la plancha</u> ensalada
P	Fruta del tiempo	P	<u>Fruta del tiempo</u>
15	JUEVES	16	VIERNES
1	<u>Sopa de cocido sin gluten ni huevo</u>	1	<u>Pasta sin gluten ni huevo con tomate</u>
2	Cocido completo	2	<u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada
P	Fruta del tiempo	P	<u>Fruta del tiempo</u>
22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	<u>Arroz con tomate</u>
2	Ragut de pollo patatas dado	2	<u>Ludías pintas estofadas</u>
P	Fruta del tiempo	P	<u>Fruta del tiempo</u>
29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	<u>Filete de pavo a la plancha</u> ensalada
P	Fruta del tiempo	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, pera, manzana y naranja.
Este menú ha sido supervisado por la dirección del centro.



Alergia a leche y marisco

1	JUEVES	2	VIERNES
1	Guisantes rehogados (sin jamón york)	1	Patatas riojana
2	Lomo al horno patatas al vapor	2	Limanda empanada ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur de soja
8	JUEVES	9	VIERNES
1	Alubias blancas con verdura	1	Arroz integral con tomate
2	Pollo en su jugo ensalada	2	Bacalao en salsa verde ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur de soja
15	JUEVES	16	VIERNES
1	Sopa de cocido	1	Pasta integral con tomate
2	Cocido completo	2	Marrajo horno ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur de soja
22	JUEVES	23	VIERNES
1	Menestra de verdura	1	Arroz tres delicias (sin jamón york)
2	Ragut de pollo patatas dado	2	Merluza a la plancha ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur de soja
29	JUEVES	30	VIERNES
1	Arroz integral a la milanesa	1	Crema de calabaza
2	Pollo asado ensalada	2	Huevos cocidos con salsa ensalada
P	Fruta del tiempo	P	Yogur de soja

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

Alergia a frutos secos, LTP y kiwi

					<table><tr><td>1</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Guisantes rehogados</td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo al horno puré de patata</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	1	JUEVES	1	Guisantes rehogados	2	Lomo al horno puré de patata	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>2</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Patatas riojana</td></tr><tr><td>2</td><td>Limanda empanada <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	2	VIERNES	1	Patatas riojana	2	Limanda empanada <u>verduras salteadas</u>	P	Yogur																						
1	JUEVES																																											
1	Guisantes rehogados																																											
2	Lomo al horno puré de patata																																											
P	Fruta del tiempo																																											
2	VIERNES																																											
1	Patatas riojana																																											
2	Limanda empanada <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>5</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td>Hamburguesa de pollo <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	5	LUNES	1	Crema de calabaza	2	Hamburguesa de pollo <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>6</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td><u>Pasta boloñesa de soja (sin tomate)</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza a la marinera <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	6	MARTES	1	<u>Pasta boloñesa de soja (sin tomate)</u>	2	Merluza a la marinera <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>7</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Judías verdes rehogadas</td></tr><tr><td>2</td><td>Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	7	MIÉRCOLES	1	Judías verdes rehogadas	2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>8</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Alubias blancas con verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Pollo en su jugo <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	8	JUEVES	1	Alubias blancas con verdura	2	Pollo en su jugo <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>9</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td><u>Arroz integral con verdura</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Bacalao en salsa verde <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	9	VIERNES	1	<u>Arroz integral con verdura</u>	2	Bacalao en salsa verde <u>verduras salteadas</u>	P	Yogur
5	LUNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
2	Hamburguesa de pollo <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
6	MARTES																																											
1	<u>Pasta boloñesa de soja (sin tomate)</u>																																											
2	Merluza a la marinera <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
7	MIÉRCOLES																																											
1	Judías verdes rehogadas																																											
2	Albóndigas vegetales con salsa de verduras patatas al horno																																											
P	Fruta del tiempo																																											
8	JUEVES																																											
1	Alubias blancas con verdura																																											
2	Pollo en su jugo <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
9	VIERNES																																											
1	<u>Arroz integral con verdura</u>																																											
2	Bacalao en salsa verde <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>12</td><td>LUNES</td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>FESTIVO</td></tr><tr><td></td><td></td></tr></table>	12	LUNES				FESTIVO			<table><tr><td>13</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz hortelano</td></tr><tr><td>2</td><td>Huevos aurora con bacon <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	13	MARTES	1	Arroz hortelano	2	Huevos aurora con bacon <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>14</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Brócoli rehogado</td></tr><tr><td>2</td><td>Hamburguesa <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	14	MIÉRCOLES	1	Brócoli rehogado	2	Hamburguesa <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>15</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Sopa de cocido</td></tr><tr><td>2</td><td>Cocido completo</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	15	JUEVES	1	Sopa de cocido	2	Cocido completo	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>16</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Pasta integral carbonara</td></tr><tr><td>2</td><td>Marrajo horno <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	16	VIERNES	1	Pasta integral carbonara	2	Marrajo horno <u>verduras salteadas</u>	P	Yogur
12	LUNES																																											
	FESTIVO																																											
13	MARTES																																											
1	Arroz hortelano																																											
2	Huevos aurora con bacon <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
14	MIÉRCOLES																																											
1	Brócoli rehogado																																											
2	Hamburguesa <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
15	JUEVES																																											
1	Sopa de cocido																																											
2	Cocido completo																																											
P	Fruta del tiempo																																											
16	VIERNES																																											
1	Pasta integral carbonara																																											
2	Marrajo horno <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>19</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Revuelto de calabacín</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Pasta integral boloñesa de soja (sin tomate)</u> <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	19	LUNES	1	Revuelto de calabacín	2	<u>Pasta integral boloñesa de soja (sin tomate)</u> <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>20</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de zanahoria</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Bacalao al horno</u> <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	20	MARTES	1	Crema de zanahoria	2	<u>Bacalao al horno</u> <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>21</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Lentejas estofadas con verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Sajonia a la plancha <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	21	MIÉRCOLES	1	Lentejas estofadas con verdura	2	Sajonia a la plancha <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>22</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td>Menestra de verdura</td></tr><tr><td>2</td><td>Ragut de pollo patatas dado</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	22	JUEVES	1	Menestra de verdura	2	Ragut de pollo patatas dado	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>23</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Arroz tres delicias</td></tr><tr><td>2</td><td>Merluza en salsa de puerros <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	23	VIERNES	1	Arroz tres delicias	2	Merluza en salsa de puerros <u>verduras salteadas</u>	P	Yogur
19	LUNES																																											
1	Revuelto de calabacín																																											
2	<u>Pasta integral boloñesa de soja (sin tomate)</u> <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
20	MARTES																																											
1	Crema de zanahoria																																											
2	<u>Bacalao al horno</u> <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
21	MIÉRCOLES																																											
1	Lentejas estofadas con verdura																																											
2	Sajonia a la plancha <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
22	JUEVES																																											
1	Menestra de verdura																																											
2	Ragut de pollo patatas dado																																											
P	Fruta del tiempo																																											
23	VIERNES																																											
1	Arroz tres delicias																																											
2	Merluza en salsa de puerros <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Yogur																																											
<table><tr><td>26</td><td>LUNES</td></tr><tr><td>1</td><td><u>Pasta salteada</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Lomo adobado <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	26	LUNES	1	<u>Pasta salteada</u>	2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>27</td><td>MARTES</td></tr><tr><td>1</td><td><u>Judías verdes rehogadas</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Tilapia en salsa marinera <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	27	MARTES	1	<u>Judías verdes rehogadas</u>	2	Tilapia en salsa marinera <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>28</td><td>MIÉRCOLES</td></tr><tr><td>1</td><td>Sopa maravilla</td></tr><tr><td>2</td><td>Garbanzos salteados</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	28	MIÉRCOLES	1	Sopa maravilla	2	Garbanzos salteados	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>29</td><td>JUEVES</td></tr><tr><td>1</td><td><u>Arroz integral con verdura</u></td></tr><tr><td>2</td><td>Pollo asado <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta del tiempo</td></tr></table>	29	JUEVES	1	<u>Arroz integral con verdura</u>	2	Pollo asado <u>verduras salteadas</u>	P	Fruta del tiempo	<table><tr><td>30</td><td>VIERNES</td></tr><tr><td>1</td><td>Crema de calabaza</td></tr><tr><td>2</td><td><u>Huevos cocidos con salsa</u> <u>verduras salteadas</u></td></tr><tr><td>P</td><td>Yogur</td></tr></table>	30	VIERNES	1	Crema de calabaza	2	<u>Huevos cocidos con salsa</u> <u>verduras salteadas</u>	P	Yogur
26	LUNES																																											
1	<u>Pasta salteada</u>																																											
2	Lomo adobado <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
27	MARTES																																											
1	<u>Judías verdes rehogadas</u>																																											
2	Tilapia en salsa marinera <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
28	MIÉRCOLES																																											
1	Sopa maravilla																																											
2	Garbanzos salteados																																											
P	Fruta del tiempo																																											
29	JUEVES																																											
1	<u>Arroz integral con verdura</u>																																											
2	Pollo asado <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Fruta del tiempo																																											
30	VIERNES																																											
1	Crema de calabaza																																											
2	<u>Huevos cocidos con salsa</u> <u>verduras salteadas</u>																																											
P	Yogur																																											

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

