

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</p>				<p>1</p> <p>FIESTA</p>
<p>4 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y tomate</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Tosta de hummus y pescado a la plancha. Fruta</p> <p>833.40 KC 21.27 PR 125.43 HC 25.07 LP 3.72 GS</p>	<p>5 Garbanzos a la mediterránea</p> <p>Tortilla con queso</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Verduras salteadas y lomo a la plancha. Fruta</p> <p>731.37 KC 31.29 PR 89.18 HC 23.15 LP 5.16 GS</p>	<p>6 Espirales al pomodoro</p> <p>Tilapia con menestra</p> <p>Ensalada lechuga, zanah, pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta</p> <p>732.04 KC 35.97 PR 106.37 HC 15.42 LP 2.85 GS</p>	<p>7 Alubias a la riojana</p> <p>Pollo con salteado campestre</p> <p>Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Acelgas salteadas con lubina al vapor. Fruta</p> <p>702.10 KC 44.43 PR 33.18 HC 26.42 LP 7.86 GS</p>	<p>8 Crema de zanahoria</p> <p>Lomo fresco con calabaza</p> <p>Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Consomé y hamburguesa de lentejas. Fruta</p> <p>688.06 KC 20.54 PR 69.59 HC 33.09 LP 10.25 GS</p>
<p>11 Tallarines al pesto rojo</p> <p>Ventresca a la jardinera</p> <p>Ensalada lechuga, tomate y pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Alcachofas salteadas y wrap con pollo. Fruta</p> <p>772.58 KC 20.50 PR 106.09 HC 17.22 LP 4.47 GS</p>	<p>12 Arroz a banda</p> <p>Rollitos de pavo y queso</p> <p>Ensalada lechuga, tomate y lomb</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Crema de boniato y huevos rellenos con cebolla. Fruta</p> <p>783.12 KC 39.14 PR 104.23 HC 21.73 LP 8.00 GS</p>	<p>13 Lentejas ECO hortelanas</p> <p>Rustidera de pollo</p> <p>Ensalada de toma, lechu y zanah</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Sopa de pescado con patata y zanahoria. Fruta</p> <p>791.74 KC 42.43 PR 93.12 HC 22.70 LP 4.64 GS</p>	<p>14 Crema de verduras</p> <p>Lomo adobado con samfaina</p> <p>Ensalada huerta (lech, pepino, zanah)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Dorada a la plancha y quinoa con verduras. Fruta</p> <p>531.50 KC 15.22 PR 72.09 HC 13.27 LP 4.60 GS</p>	<p>15 Olleta alicantina ECO</p> <p>Tortilla con calabacín</p> <p>Ensalada siciliana (lech, tom, olivas)</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Hervido con judías verdes y merluza en salsa verde. Fruta</p> <p>689.26 KC 34.12 PR 62.28 HC 25.49 LP 6.75 GS</p>
<p>18 Sopa con lluvia</p> <p>Albóndigas en salsa con verduras</p> <p>Ensalada lechuga, pepino y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Coliflor hervida y filete de ternera plancha. Fruta</p> <p>673.63 KC 23.10 PR 71.60 HC 29.66 LP 5.93 GS</p>	<p>19 Lentejas ECO hortelanas</p> <p>Tortilla campesina</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Pisto al horno y brocheta de pescado. Fruta</p> <p>692.74 KC 30.56 PR 87.68 HC 19.63 LP 3.81 GS</p>	<p>20 Arroz con tomate</p> <p>Nuggets de pollo</p> <p>Ens. mediterránea (lech, tom, espárr)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Crema de champiñones y revuelto de huevos y puerro. Fruta</p> <p>810.09 KC 15.54 PR 128.23 HC 24.38 LP 4.20 GS</p>	<p>21 Macarrones a la napolitana</p> <p>Fogonero a la bilbaína</p> <p>Ensalada Morada (lech, lomb, pep)</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Escalivada de verduras con aceitunas y carne picada. Fruta</p> <p>658.06 KC 33.11 PR 87.35 HC 18.03 LP 4.42 GS</p>	<p>22 Crema de guisantes</p> <p>Pollo a la cazuela</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y espárr.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Cuscús con verduras picadas y pechuga de pollo a la plancha. Fruta</p> <p>601.54 KC 26.24 PR 72.62 HC 19.84 LP 4.08 GS</p>
<p>25 Crema de hortalizas</p> <p>Hamburguesa con kétchup</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Puré de patata y zanahoria y salmón al horno. Fruta</p> <p>515.40 KC 18.20 PR 65.90 HC 17.85 LP 1.48 GS</p>	<p>26 Sopa de cocido</p> <p>Cocido casero completo</p> <p>Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Crema de verduras y lomo a la plancha. Fruta</p> <p>815.99 KC 54.40 PR 84.14 HC 25.84 LP 6.90 GS</p>	<p>27 Coditos a la Toscana</p> <p>Merluza al horno con verduras</p> <p>Ensalada de lechuga, remol. y pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Consomé y pollo al ajillo con setas. Fruta.</p> <p>807.49 KC 29.39 PR 98.29 HC 30.50 LP 7.25 GS</p>	<p>28 Alubias estofadas</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y ac.negras</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Cena: Brócoli al horno y berenjena rellena. Fruta.</p> <p>735.01 KC 29.92 PR 52.04 HC 27.28 LP 5.27 GS</p>	<p>29 Hervido valenciano</p> <p>Magro en salsa con verduras</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Calabaza al horno y pescado a la plancha. Fruta.</p> <p>471.54 KC 29.98 PR 37.89 HC 22.04 LP 6.71 GS</p>

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: ciruela, plátano, manzana, kiwi, mandarina, naranja y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.

