

Lunes

23 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO Agua, Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsuí, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 542 **Lip:** 24,51 **Prot:** 17,27 **HC:** 64,02 **AGS:** 4,16 **Azu:** 15,99 **Sal:** 1,89

Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta

6 Garbanzos Estofados con Verduras ECO Agua, Patata Dado Eco, Garbanzo Eco 5kg, anna Ecologica, Zanahoria Dado Eco

Patatas a lo Pobre con Huevo Cocido Patata Panadera Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 397 **Lip:** 12,50 **Prot:** 14,75 **HC:** 54,49 **AGS:** 2,40 **Azu:** 11,21 **Sal:** 0,84

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

13 Potaje de Alubias Blancas ECO Alubia Blanca Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 541 **Lip:** 24,41 **Prot:** 17,00 **HC:** 64,87 **AGS:** 4,18 **Azu:** 16,63 **Sal:** 1,98

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

20 Crema de Verduras ECO Patata Dado Eco, Agua, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Coditos ECO con Tomate y Huevo Tiburon Eco 5kg (Galet Blanco), anna Ecologica, Tomate Frito Eco, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 520 **Lip:** 14,76 **Prot:** 14,88 **HC:** 81,40 **AGS:** 2,80 **Azu:** 19,19 **Sal:** 1,15

Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

Martes

24 Alubias Blancas Guisadas ECO Agua, Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANDARINA Mandarina

Kcal: 428 **Lip:** 16,97 **Prot:** 24,10 **HC:** 46,16 **AGS:** 2,48 **Azu:** 9,41 **Sal:** 1,15

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

7 Espirales con Tomate ECO Espirales Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANZANA Manzana Royal Gala

Kcal: 513 **Lip:** 20,69 **Prot:** 21,35 **HC:** 58,93 **AGS:** 3,34 **Azu:** 5,15 **Sal:** 1,36

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

14 Crema de Calabacín ECO Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lacitos Eco con Tomate, Orégano y Queso Farfalle Blanco Eco 3kg, anna Ecologica, Tomate Frito Eco, Queso Gouda Vaca Rallado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 516 **Lip:** 13,50 **Prot:** 14,57 **HC:** 83,59 **AGS:** 3,86 **Azu:** 17,93 **Sal:** 1,22

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

21 Lentejas guisadas con Arroz ECO Lenteja Marron Pardina Eco 5kg, anna Ecologica, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Palometa al Horno al Limón Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrijo Limón

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANZANA Manzana Royal Gala

Kcal: 476 **Lip:** 20,00 **Prot:** 24,83 **HC:** 49,73 **AGS:** 2,86 **Azu:** 2,76 **Sal:** 1,15

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

25 Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Duro Barra Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

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

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 433 **Lip:** 21,37 **Prot:** 21,03 **HC:** 44,79 **AGS:** 4,74 **Azu:** 18,36 **Sal:** 1,23

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8 Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Pollo Alas, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Laurel Polvo Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 394 **Lip:** 18,74 **Prot:** 18,68 **HC:** 38,82 **AGS:** 6,03 **Azu:** 17,66 **Sal:** 1,26

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

15 Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Duro Barra Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pinchito de Pollo Rustido Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Sal Yodada

Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Ajo

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 466 **Lip:** 19,55 **Prot:** 24,54 **HC:** 48,29 **AGS:** 5,07 **Azu:** 15,51 **Sal:** 1,14

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

22 Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°

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

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

Kcal: 380 **Lip:** 18,35 **Prot:** 15,97 **HC:** 38,42 **AGS:** 5,55 **Azu:** 17,63 **Sal:** 1,12

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

26 Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

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

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

MANZANA Manzana Royal Gala

Kcal: 492 **Lip:** 18,86 **Prot:** 16,64 **HC:** 62,95 **AGS:** 3,20 **Azu:** 4,23 **Sal:** 1,29

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

9 Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin

Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
Pan Blanco Banquete Pan

NARANJA Naranja

Kcal: 526 **Lip:** 19,45 **Prot:** 12,55 **HC:** 74,58 **AGS:** 2,93 **Azu:** 11,95 **Sal:** 1,91

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

16 Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo Eco 5kg, anna Ecologica, Zanahoria Dado Eco

Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña Hamburguesa de Pavo, Cebolla Dado, Patata Dado 20x20, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

MANDARINA Mandarina

Kcal: 452 **Lip:** 18,49 **Prot:** 21,33 **HC:** 47,27 **AGS:** 4,17 **Azu:** 8,51 **Sal:** 1,57

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

23 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo Eco 5kg, anna Ecologica, Agua, Espinacas Porción Eco

Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 437 **Lip:** 18,89 **Prot:** 21,03 **HC:** 43,21 **AGS:** 3,11 **Azu:** 10,17 **Sal:** 0,98

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

Viernes

27 Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Cebolla Dado Eco

Macarrones con Tomate y Queso ECO Macarrones Blancos Eco, Tomate Frito Eco, Queso Gouda Vaca Rallado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 515 **Lip:** 15,46 **Prot:** 13,37 **HC:** 79,85 **AGS:** 3,72 **Azu:** 17,53 **Sal:** 1,28

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10 Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Calabaza Dado Eco

Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo Pavo Chuleta, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

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

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 384 **Lip:** 14,82 **Prot:** 16,82 **HC:** 46,01 **AGS:** 2,68 **Azu:** 17,30 **Sal:** 1,07

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

17 Arroz a la Campesina Arroz Vaporizado, Zanahoria, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Ajo Picado Eco

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

MANZANA Manzana Royal Gala

Kcal: 495 **Lip:** 18,54 **Prot:** 17,64 **HC:** 63,88 **AGS:** 2,97 **Azu:** 3,60 **Sal:** 1,18

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

24 Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsuí, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

NARANJA Naranja

Kcal: 569 **Lip:** 23,49 **Prot:** 12,67 **HC:** 73,66 **AGS:** 3,56 **Azu:** 13,09 **Sal:** 2,12

Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta