

Lunes

25 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 Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

NECTARINA Nectarina

Kcal: 502 **Lip:** 24,17 **Prot:** 16,68 **HC:** 55,51 **AGS:** 4,15 **Azu:** 7,27 **Sal:** 1,58

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

1 Crema de Verduras ECO Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco, Calabacin 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:** 0,77

Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

8 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín ECO Alubia Blanca Eco, Agua, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla

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

Pan Blanco Banquete Pan

PERA Pera

Kcal: 544 **Lip:** 24,37 **Prot:** 17,59 **HC:** 65,27 **AGS:** 4,17 **Azu:** 16,25 **Sal:** 1,53

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

15 Crema de Calabaza ECO Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Cebolla 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: 517 **Lip:** 14,73 **Prot:** 15,02 **HC:** 80,61 **AGS:** 2,83 **Azu:** 22,27 **Sal:** 0,73

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

Martes

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

Lacitos Eco con Tomate, Orégano y Queso Farralle 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:** 0,83

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

2 Lentejas guisadas con Arroz ECO Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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

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

Sandía

Kcal: 455 **Lip:** 20,00 **Prot:** 24,77 **HC:** 44,44 **AGS:** 2,81 **Azu:** 5,51 **Sal:** 0,56

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

9 Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra 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

NECTARINA Nectarina

Kcal: 445 **Lip:** 15,22 **Prot:** 12,41 **HC:** 63,85 **AGS:** 3,63 **Azu:** 4,01 **Sal:** 0,89

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

16 Arroz con Pistó Arroz Vaporizado, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Calabacín 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 integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral

Sandía

Kcal: 517 **Lip:** 19,66 **Prot:** 12,43 **HC:** 70,96 **AGS:** 2,98 **Azu:** 8,26 **Sal:** 1,51

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

Miércoles

27 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, Tomillo Hoja Eco

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

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:** 0,56

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 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, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

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:** 0,54

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

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

Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga Pollo, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Tomate Frito 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: 432 **Lip:** 17,28 **Prot:** 23,87 **HC:** 46,28 **AGS:** 4,50 **Azu:** 17,57 **Sal:** 0,50

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 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, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego

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:** 0,54

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Jueves

28 Puchero Garbanzo Eco, Patata Dado Eco, Agua, 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:** 1,09

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

4 Garbanzos con Espinacas Patata Dado Eco, Garbanzo Eco, Agua, Espinacas Porción Eco

Jamonicito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamonico, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Puerro Rodaja 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:** 0,40

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

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

Arroz al Horno con Pavo Arroz Vaporizado Eco, Pavo Dado Cong, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

Kcal: 564 **Lip:** 17,12 **Prot:** 16,25 **HC:** 85,91 **AGS:** 2,62 **Azu:** 18,49 **Sal:** 0,65

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Patata Dado Eco, Garbanzo Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco

Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Pollo Alas, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco, Eco Oregano Hoja

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada

Pan Blanco Banquete Pan

NARANJA Naranja

Kcal: 424 **Lip:** 18,57 **Prot:** 19,93 **HC:** 42,02 **AGS:** 3,28 **Azu:** 9,28 **Sal:** 0,57

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

29 Arroz a la Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Zanahoria, Pimiento Verde 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

Sandía

Kcal: 478 **Lip:** 18,75 **Prot:** 17,76 **HC:** 58,72 **AGS:** 2,97 **Azu:** 6,84 **Sal:** 0,59

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

5 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, Taisoi, 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:** 1,73

Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta

12 Lentejas con Verduras Cocidas ECO Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco

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

Sandía

Kcal: 430 **Lip:** 18,81 **Prot:** 22,24 **HC:** 43,09 **AGS:** 2,91 **Azu:** 5,46 **Sal:** 0,56

Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

19 Cazuela de Patatas con Verduras Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Salmon Rosado Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

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

PERA Pera

Kcal: 417 **Lip:** 17,73 **Prot:** 21,10 **HC:** 45,44 **AGS:** 2,66 **Azu:** 11,68 **Sal:** 0,48

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta