

## Lunes

**25** Potaje de Alubias Blancas ECO Alubia Blanca Eco, Patata Dado Eco, Agua, 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

**Kcal:** 673 **Lip:** 29,09 **Prot:** 24,02 **HC:** 80,72 **AGS:** 4,85 **Azu:** 8,79 **Sal:** 1,76

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta o Lácteo

**1** Crema de Verduras ECO Patata Dado Eco, Agua, Calabacín 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:** 657 **Lip:** 16,85 **Prot:** 18,30 **HC:** 107,12 **AGS:** 3,27 **Azu:** 31,94 **Sal:** 0,96

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

**8** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria 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:** 791 **Lip:** 30,20 **Prot:** 27,16 **HC:** 106,44 **AGS:** 5,01 **Azu:** 26,54 **Sal:** 1,65

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

**15** Crema de Calabaza ECO Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra 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:** 654 **Lip:** 16,82 **Prot:** 18,43 **HC:** 106,33 **AGS:** 3,30 **Azu:** 35,03 **Sal:** 0,93

**Cena:** Ensalada + Ave + Fruta o Lácteo

## Martes

**26** Crema de Calabacín ECO Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Cebolla Dado Eco

Lacitos con Tomate, Orégano y Queso ECO 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:** 658 **Lip:** 15,35 **Prot:** 18,06 **HC:** 110,87 **AGS:** 4,55 **Azu:** 30,79 **Sal:** 1,07

**Cena:** Ensalada + Ave + Fruta o Lácteo

**2** Lentejas guisadas con Arroz ECO Lenteja Pardina, 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 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

SANDÍA

**Kcal:** 708 **Lip:** 29,51 **Prot:** 38,61 **HC:** 71,44 **AGS:** 4,24 **Azu:** 9,20 **Sal:** 0,85

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

**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

**Kcal:** 524 **Lip:** 17,30 **Prot:** 14,89 **HC:** 76,10 **AGS:** 4,23 **Azu:** 4,95 **Sal:** 1,12

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

**16** Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín

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:** 601 **Lip:** 20,61 **Prot:** 14,45 **HC:** 87,70 **AGS:** 3,12 **Azu:** 11,54 **Sal:** 1,67

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo

## 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, Curcuma

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:** 538 **Lip:** 21,76 **Prot:** 28,53 **HC:** 57,13 **AGS:** 5,53 **Azu:** 15,81 **Sal:** 0,70

**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, Ajo Picado Eco, Sal Yodada

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Kcal:** 502 **Lip:** 23,43 **Prot:** 21,97 **HC:** 52,22 **AGS:** 6,54 **Azu:** 18,81 **Sal:** 0,65

**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 Jardinería Albondiga Pollo, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Kcal:** 552 **Lip:** 21,07 **Prot:** 32,36 **HC:** 59,44 **AGS:** 5,25 **Azu:** 18,97 **Sal:** 0,66

**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, Ajo Picado Eco, Sal Yodada

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

Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Kcal:** 502 **Lip:** 23,43 **Prot:** 21,97 **HC:** 52,22 **AGS:** 6,54 **Azu:** 18,81 **Sal:** 0,65

**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 Eco, 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:** 684 **Lip:** 24,40 **Prot:** 31,36 **HC:** 79,43 **AGS:** 5,34 **Azu:** 15,17 **Sal:** 1,39

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

**4** Garbanzos con Espinacas Garbanzo Eco, Agua, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado 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:** 695 **Lip:** 28,71 **Prot:** 34,00 **HC:** 70,25 **AGS:** 4,76 **Azu:** 18,73 **Sal:** 0,61

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta o Lácteo

**11** Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco

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

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

Pan Blanco Banquete Pan

PLÁTANO Platano Banana

**Kcal:** 701 **Lip:** 18,63 **Prot:** 19,74 **HC:** 112,88 **AGS:** 2,90 **Azu:** 30,80 **Sal:** 0,79

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo

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

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

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:** 685 **Lip:** 28,74 **Prot:** 32,83 **HC:** 77,89 **AGS:** 4,94 **Azu:** 16,02 **Sal:** 0,87

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta o Lácteo

## Viernes

**29** Arroz a la Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Pimiento Verde Dado Eco, Zanahoria

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:** 617 **Lip:** 23,34 **Prot:** 24,35 **HC:** 76,15 **AGS:** 3,74 **Azu:** 10,42 **Sal:** 0,83

**Cena:** Patata + Ave + Fruta o Lácteo

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

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, 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:** 685 **Lip:** 25,22 **Prot:** 14,68 **HC:** 98,00 **AGS:** 3,80 **Azu:** 19,41 **Sal:** 1,94

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta o Lácteo

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

Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde 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:** 658 **Lip:** 27,03 **Prot:** 34,84 **HC:** 68,15 **AGS:** 4,26 **Azu:** 9,11 **Sal:** 0,85

**Cena:** Patata + Ave + Fruta o Lácteo

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

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

PERA Pera

**Kcal:** 579 **Lip:** 22,76 **Prot:** 29,58 **HC:** 67,13 **AGS:** 3,43 **Azu:** 20,59 **Sal:** 0,69

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta o Lácteo