

Lunes

- 1** Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Chorizo Fresco
Tortilla de Patata con Calabacín Huevo Liquidado, Patata, Calabacín, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 697 Lip: 25,76 Prot: 32,92 HC: 87,22

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 8** Crema de Calabacín Calabacín, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
San Jacobo de Ave Fiambre de Ave, Queso, Pan, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 708 Lip: 30,58 Prot: 18,61 HC: 81,15

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo



FESTIVO



FESTIVO

- 22**

- 29** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquidado, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 661 Lip: 23,31 Prot: 29,99 HC: 86,43

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Martes

- 2** Fideuá de Verduras Fideua, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Rojo Dado
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 698 Lip: 24,28 Prot: 38,49 HC: 82,11

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 9** Pasta al Gratén Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado
Tortilla Francesa Huevo Liquidado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquidado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 671 Lip: 27,92 Prot: 25,53 HC: 80,93

Cena: Verdura + Ave + Fruta



FESTIVO

- 23** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Gelatina Gelatina Fresa

Kcal: 679 Lip: 27,14 Prot: 25,80 HC: 83,37

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 30** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito
Magro en Salsa Magro de Cerdo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
Patatas Dado Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 595 Lip: 23,32 Prot: 30,90 HC: 67,61

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Miércoles

- 3** Crema de Calabaza Calabaza, Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Albóndigas en Salsa Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco
Patatas Dado Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 711 Lip: 37,42 Prot: 27,20 HC: 86,95

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 10** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Salmón al Horno Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Kcal: 790 Lip: 32,22 Prot: 47,05 HC: 80,93

Cena: Pasta + Carne + Fruta



FESTIVO

- 24** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla de York Huevo Liquidado, Fiambre Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral y Agua Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural

Kcal: 665 Lip: 25,57 Prot: 31,01 HC: 80,83

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

- 4** Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo, Gallina
Cocido Completo Garbanzo, Pollo, Patata, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Kcal: 712 Lip: 26,42 Prot: 30,76 HC: 91,58

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 11** Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Cebolla, Champiñón Laminado
Jamoncitos de Pavo al Horno Pavo Jamoncito, Cebolla, Vino Blanco, Aceite Oliva 0,4°
Patatas Panadera Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 770 Lip: 25,05 Prot: 43,98 HC: 95,66

Cena: Patata + Huevo + Lácteo



FESTIVO

- 25**



FESTIVO

Viernes

- 5** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°
Merluza en Salsa Verde Merluza Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 688 Lip: 23,25 Prot: 29,12 HC: 94,67

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 12** Garbanzos Estofados Garbanzo, Patata, Cebolla, Zanahoria
Bacalao al Horno Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 679 Lip: 21,10 Prot: 43,83 HC: 81,45

Cena: Verdura + Carne + Fruta



FESTIVO

- 26** Sopa de Arroz Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Rojo Dado
Pollo en Pepitoria Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan y Agua Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera

Kcal: 639 Lip: 24,84 Prot: 39,31 HC: 66,42

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.