

**Lunes**

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa** Huevo Líquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Líquido  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin  
**Fritura de Pescado** Nugget Pescado, Pescadito Enharinado, Merluza Varitas, Empanadilla Atun  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** Pasta Napolitana Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Salmón al Horno** Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**Martes**

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, 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, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacin** Huevo Líquido, Patata, Calabacin, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**Miércoles**

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa con Queso** Huevo Líquido, Queso Barra Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**Jueves**

- 6** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, 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, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

**Viernes**

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Líquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Hot Dog** Pan Hot Dog, Frankfurt Pavo, Ketchup  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Lunes

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** **Crema de Verduras** Patata, Zanahoria, Calabacin  
**Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 17** **Pasta Napolitana** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Salmon al Horno** Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo de Soja

## Martes

- 4** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** **Ensalada de Pasta** Espiral Tricolor, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 18** **Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla de Patata con Calabacin** Huevo Liquido, Patata, Calabacin, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** **Judías Verdes con Tomate** Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamoncitos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 12** **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa** Huevo Liquido, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Huevo Liquido  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Jueves

- 6** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, 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, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo de Soja

- 13** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** **Ensalada de Garbanzos** Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Liquido, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** **Crema de Lentejas** Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 21** **Ensalada Mixta** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Yogur de Soja** Yogur Soja Natural

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Lunes

- 3** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 10** Crema de Verduras Patata, Zanahoria, Calabacin  
**Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 17** Pasta Sin Huevo Napolitana Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Salmón al Horno** Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

- 4** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 11** Ensalada de Pasta Sin Huevo Macarrones S/gluten, Tomate Bola, Atun en Aceite de Girasol, Maíz Dulce  
**Lomo Fresco Asado** Cerdo Cinta Lomo Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Zanahorias al Ajillo** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Filete de Lomo de Sajonia** Lomo Sajonia, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

## Miércoles

- 5** Judías Verdes con Tomate Judía Verde Plana, Tomate Triturado, Patata, Tomate Frito  
**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

- 12** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo Contramuslo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 19** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

## Jueves

- 6** Pasta Sin Huevo con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, 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, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

- 13** Arroz Cinco Delicias Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Perejil  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Yogur** Yogur Natural

**Cena:** Patata + Ave + Fruta



**FESTIVO**

## Viernes

- 7** Ensalada de Garbanzos Garbanzo, Tomate Bola, Maíz Dulce, Zanahoria Rallada  
**Hamburguesa de Ternera al Horno** Hamburguesa Vacuno Cong, Aceite Girasol  
**Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 14** Crema de Lentejas Lenteja Pardina, Patata, Cebolla, Tomate Bola  
**Albóndigas en Salsa** Albondigas Vacuno, Cebolla, Aceite Girasol, Vino Blanco  
**Patatas Dado** Patata, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana, Platano, Naranja  
**Leche** Leche Entera

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21** Ensalada Mixta Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Zanahoria Rallada, Atun en Aceite de Girasol  
**Salchichas de Pavo-Pollo con Ketchup** Frankfurt Pavo, Ketchup, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Patatas Chips** Patata Frita  
**Pan y Agua** Pan  
**Danonino** Petit Suisse Fresa

**Cena:** Arroz + Pescado + 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.