

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

05

VACACIONES

VACACIONES

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

Fabada asturiana  
Abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

09

10

11

12

Judías verdes al ajoarriero  
Calamares a la romana  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Sopa de fideos  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

Patatas guisadas con carne  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

Guiso de alubias blancas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

16

17

18

19

Lentejas campesinas  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabacín  
Pollo guisado  
Pan y Postre lácteo

Garbanzos estofados  
Albóndigas de pescado en salsa  
Pan y Fruta fresca

Sopa de letras  
Filete ruso en salsa  
Pan y Fruta fresca

22

23

24

25

26

NO LECTIVO

FESTIVO

Judías verdes con salsa de tomate  
Tortilla de chorizo  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

Sopa de fideos  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

29

30

Lentejas a la hortelana  
Hamburguesa a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo con salsa de  
miel y mostaza  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

# CrEa tu Rutina Saludable En Familia

AENOR

PROTOCOLO  
FRENTE AL COVID-19  
SERUNION



INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

## RECOMENDADOR DE CEN

### PRIMEROS PLATOS

Si en el cole he comido como primero...	Para cenar puedo comer como primero...
verdura	pasta/arroz
pasta/arroz	verdura
legumbres	verdura pasta/arr

### SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido como segundo...	Para cenar puedo comer como segundo...
huevo	carne pescado
pescado	huevo carne
legumbres	verdura huevo
carne	huevo pescado

### POSTRE

fruta	lácteo
-------	--------

Entidades colaboradoras:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>01</p> <p>VACACIONES</p>	<p>02</p> <p>VACACIONES</p>	<p>03</p> <p>Sopa de ave con fideos Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de tomate Pan y Yogur desnatado natural</p>	<p>04</p> <p>Alubias con patatas Abadejo al horno</p> <p>Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>05</p> <p>Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>08</p> <p>Judías verdes al ajoarriero Fogonero al horno Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>09</p> <p>Sopa de ave con fideos Cinta de lomo a la plancha Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Arroz son salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de tomate Pan y Yogur desnatado natural</p>	<p>11</p> <p>Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo al horno Pisto de verduras Pan y Fruta fresca</p>	<p>12</p> <p>Alubias con patatas Abadejo al horno Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>
<p>15</p> <p>Lentejas con zanahoria Tortilla francesa Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>16</p> <p>Coditos con tomate Merluza a las finas hierbas</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín Pechuga de pollo al horno Lechuga iceberg Pan y Yogur desnatado natural</p>	<p>18</p> <p>Garbanzos con patatas Abadejo al horno Ensalada de tomate Pan y Fruta fresca</p>	<p>19</p> <p>Sopa de letras Cinta de lomo con tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>22</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes a la portuguesa Tortilla francesa Lechuga iceberg Pan y Yogur desnatado natural</p>	<p>25</p> <p>Sopa de ave con fideos Pechuga de pollo al horno Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca</p>	<p>26</p> <p>Arroz a banda Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>29</p> <p>Lentejas con verduras Magra a la plancha Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>30</p> <p>Crema de brócoli Pechuga de pollo al horno Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca</p>			<p>En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.</p>

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de verduras con fideos  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea  
  
Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Calamares a la romana  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de verduras con fideos  
Garbanzos con verduras  
  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas estofadas con verduras  
Revuelto de queso  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Tortilla de queso  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Albóndigas de pescado en salsa  
  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de verduras con letras  
Revuelto de huevo  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

25

Sopa de verduras con fideos  
Garbanzos con verduras  
  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
  
Pan y Fruta fresca

29

Lentejas con verduras  
Revuelto de huevo  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Tortilla de queso  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Calamares a la romana  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de ave con fideos  
Garbanzos con verduras  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas estofadas con verduras  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Albóndigas de pescado en salsa  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de verduras con letras  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

24

Sopa de ave con fideos  
Garbanzos con verduras  
Pan y Fruta fresca

25

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

26

29

Lentejas con verduras  
Revuelto de huevo  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Fabada asturiana  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Calamares a la romana  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de letras  
Filete ruso con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla de chorizo  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

24

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

25

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

26

29

Lentejas con verduras  
Hamburguesa a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Patatas estofadas con verduras  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

Coliflor al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de ave con fideos  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Crema de calabaza  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

18

Patatas estofadas con verduras  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de letras  
Cinta de lomo con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Espinacas salteadas con patatas  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

25

Sopa de ave con fideos  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz con salsa de tomate  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

29

Crema de zanahoria  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Fabada asturiana  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Pechuga de pavo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de letras  
Filete ruso con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla de chorizo  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

25

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz con salsa de tomate  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

29

Lentejas con verduras  
Hamburguesa a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo con salsa de  
miel y mostaza  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>01</p> <p>VACACIONES</p>	<p>02</p> <p>VACACIONES</p>	<p>03</p> <p>Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Ensalada de tomate Pan y Postre lácteo</p>	<p>04</p> <p>Fabada asturiana Pechuga de pavo al horno</p> <p>Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>05</p> <p>Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>08</p> <p>Judías verdes al ajoarriero Pechuga de pavo al horno Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>09</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Arroz a la zamorana Tortilla francesa Ensalada de tomate Pan y Postre lácteo</p>	<p>11</p> <p>Patatas guisadas con magro Escalope de pollo al horno Pisto de verduras Pan y Fruta fresca</p>	<p>12</p> <p>Alubias con patatas Cinta de lomo a la plancha Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>
<p>15</p> <p>Lentejas con zanahoria Tortilla de patata y cebolla Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>16</p> <p>Coditos con tomate Cinta de lomo a la plancha Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín Pollo guisado con guisantes</p> <p>Pan y Postre lácteo</p>	<p>18</p> <p>Garbanzos con patatas Pechuga de pavo al horno Ensalada de tomate Pan y Fruta fresca</p>	<p>19</p> <p>Sopa de letras Filete ruso con tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>22</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes a la portuguesa Tortilla de chorizo Lechuga iceberg Pan y Postre lácteo</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pechuga de pavo al horno Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>
<p>29</p> <p>Lentejas con verduras Hamburguesa a la plancha Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca</p>	<p>30</p> <p>Crema de brócoli Pechuga de pollo al horno Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca</p>			<p>En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.</p>

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Magra a la plancha

Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de cocido  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
Pechuga de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de letras  
Cinta de lomo con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes a la portuguesa  
Pechuga de pavo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Postre lácteo

25

Sopa de cocido  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

29

Lentejas con verduras  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

05

VACACIONES

VACACIONES

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas

Ensalada de tomate  
Pan y Yogur de soja

Pan y Fruta fresca

Pan y Fruta fresca

08

09

10

11

12

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con fideos  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Yogur de soja

Patatas guisadas con magro  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

Alubias con patatas  
Abadejo a la riojana  
Pan y Fruta fresca

15

16

17

18

19

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan y Yogur de soja

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

Sopa de verduras con letras  
Cinta de lomo con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

23

24

25

26

NO LECTIVO

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Yogur de soja

Sopa de ave con fideos  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y  
perejil  
Pan y Fruta fresca

29

30

Lentejas con verduras  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011  
sobre la información alimentaria facilitada al  
consumidor, disponemos de la información de  
sustancias que pueden causar alergias o  
intolerancias.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 VACACIONES	02 VACACIONES	03 Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y cebolla  Ensalada de tomate Pan y Yogur de soja	04 Alubias con patatas Filete de abadejo a la mediterránea  Pan y Fruta fresca	05 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas  Pan y Fruta fresca
08 Judías verdes al ajoarriero Fogonero al horno Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca	09 Sopa de cocido Cinta de lomo a la plancha Patata panadera al horno Pan y Fruta fresca	10 Arroz a la zamorana Tortilla francesa Ensalada de tomate Pan y Yogur de soja	11 Patatas guisadas con magro Escalope de pollo al horno Pisto de verduras Pan y Fruta fresca	12 Alubias con patatas Abadejo a la riojana  Pan y Fruta fresca
15 Lentejas con zanahoria Tortilla de patata y cebolla Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca	16 Coditos con tomate Merluza a las finas hierbas  Pan y Fruta fresca	17 Crema de calabacín Pollo guisado con guisantes  Pan y Yogur de soja	18 Garbanzos con patatas Abadejo al horno Ensalada de tomate Pan y Fruta fresca	19 Sopa de letras Cinta de lomo con tomate  Pan y Fruta fresca
22 NO LECTIVO	23 FESTIVO	24 Judías verdes a la portuguesa Tortilla francesa Lechuga iceberg Pan y Yogur de soja	25 Sopa de cocido Pechuga de pollo al horno Patata panadera al horno Pan y Fruta fresca	26 Arroz a banda Merluza al horno con ajo y perejil  Pan y Fruta fresca
29 Lentejas con verduras Magra a la plancha Lechuga iceberg Pan y Fruta fresca	30 Crema de brócoli Pechuga de pollo al horno Lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca			En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla  
  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Postre lácteo

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea  
  
Pan sin gluten y Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas  
  
Pan sin gluten y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

09

Sopa de cocido con fideos sin gluten  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan sin gluten y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
Pechuga de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan sin gluten y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

16

Espirales sin gluten con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
  
Pan sin gluten y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
  
Pan sin gluten y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

19

Sopa de letras sin gluten  
Cinta de lomo con tomate  
  
Pan sin gluten y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Postre lácteo

24

Sopa de cocido con fideos sin gluten  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan sin gluten y Fruta fresca

25

Arroz a banda  
  
Merluza al horno con ajo y perejil  
  
Pan sin gluten y Fruta fresca

26

29

Crema de zanahoria  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan sin gluten y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
<p>VACACIONES</p>	<p>VACACIONES</p>	<p>Sopa casera de ave con fideos sin gluten Magra al horno o plancha</p> <p>Ensalada de tomate Pan de molde sin gluten Yogur de soja</p>	<p>Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas Alubias blancas con patatas</p> <p>Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con orégano, tomillo y</p> <p>Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>
<p>08</p> <p>Judías verdes al ajoarriero</p> <p>Pechuga de pavo horno o plancha Ensalada de lechuga Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>09</p> <p>Sopa casera de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno o plancha Patatas panadera al horno Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Arroz con magra, panceta y tocino</p> <p>Pechuga de pavo horno o plancha Ensalada de tomate Pan de molde sin gluten Yogur de soja</p>	<p>11</p> <p>Patatas con magro</p> <p>Pechuga de pollo al horno o plancha Pisto de verduras Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>12</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas Alubias blancas con patatas</p> <p>Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>
<p>15</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Magra al horno o plancha Ensalada de lechuga Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>16</p> <p>Espirales sin gluten con salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo horno o plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Estofado de pollo con guisantes</p> <p>Pan de molde sin gluten Yogur de soja</p>	<p>18</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas Garbanzos con patatas</p> <p>Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>19</p> <p>Sopa casera de verduras con letras sin gluten Pechuga de pavo horno o plancha Ensalada de tomate Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>
<p>22</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes en salsa de tomate Pechuga de pavo al horno o plancha Ensalada de lechuga Pan de molde sin gluten Yogur de soja</p>	<p>25</p> <p>Sopa casera de ave con fideos sin gluten Pechuga de pollo al horno o plancha Patatas panadera al horno Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Pechuga de pavo horno o plancha Ensalada de lechuga Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>
<p>29</p> <p>Crema de zanahoria Magra al horno o plancha Ensalada de lechuga Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>30</p> <p>Crema de brócoli Pechuga de pollo al horno o plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan de molde sin gluten Fruta fresca</p>	<p>En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.</p>		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa casera de ave con fideos  
sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan de molde sin gluten  
Yogur de soja

04

Alubias blancas con patatas  
Abadejo a la mediterránea

Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno  
con orégano, tomillo y

Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

09

Sopa casera de ave con fideo sin  
gluten  
Cinta de lomo al horno o plancha  
Patatas panadera al horno  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

10

Arroz con magra, panceta y tocino  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan de molde sin gluten  
Yogur de soja

11

Patatas con magro  
Pechuga de pollo al horno o plancha  
Pisto de verduras  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo al horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

16

Espirales sin gluten con salsa de tomate  
Cinta de lomo al horno o plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Estofado de pollo con guisantes  
Pan de molde sin gluten  
Yogur de soja

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno o plancha  
Ensalada de tomate  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

19

Sopa casera de verduras  
con letras sin gluten  
Cinta de lomo con salsa de tomate  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes en salsa de tomate  
Tortilla francesa casera  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Yogur de soja

25

Sopa casera de ave con  
fideos sin gluten  
Pechuga de pollo horno o plancha  
Patatas panadera al horno  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

26

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

29

Crema de zanahoria  
Magra al horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo horno o plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan de molde sin gluten  
Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

05

VACACIONES

VACACIONES

Sopa de verduras con fideos  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas  
Alubias blancas con patatas  
  
Pan y Fruta fresca

Lentejas con patatas  
  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga  
Pan y Fruta fresca

08

09

10

11

12

Judías verdes al ajoarriero  
  
Lentejas a la hortelana  
  
Pan y Fruta fresca

Sopa casera de verduras con fideos  
Garbanzos con verduras  
  
Pan y Fruta fresca

Arroz con salsa de tomate  
  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Postre lácteo

Patatas con acelgas, zanahoria y puerro  
Revuelto de queso  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas  
Alubias blancas con patatas  
  
Pan y Fruta fresca

15

16

17

18

19

Lentejas con zanahoria  
  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga  
Pan y Fruta fresca

Espinacas gratinadas  
  
Coditos con salsa de tomate  
  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabacín  
  
Tortilla francesa casera de queso  
Ensalada de lechuga  
Pan y Postre lácteo

Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas  
Garbanzos con patatas  
  
Pan y Fruta fresca

Sopa de verduras con letras  
  
Judías verdes con salsa de tomate  
  
Pan y Fruta fresca

22

23

24

25

26

NO LECTIVO

FESTIVO

Judías verdes en salsa de tomate  
Tortilla francesa casera  
Ensalada de lechuga  
Pan y Postre lácteo

Sopa casera de verdura con fideos  
Garbanzos con verduras  
  
Pan y Fruta fresca

Espinacas con bechamel gratinadas  
Arroz con preparado de verdura  
  
Pan y Fruta fresca

29

30

Lentejas con patatas y menestra  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga  
Pan y Fruta fresca

Crema de brócoli  
Tortilla francesa casera de queso  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Crema de zanahoria  
Coditos blancos  
Ensalada de lechuga y pepino  
Pan sin sal y Fruta fresca

04

Hervido de calabacín,  
calabaza y cebolla  
Arroz hervido con zanahoria  
Pan sin sal y Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Arroz blanco con cebolla y calabaza  
Pan sin sal y Fruta fresca

08

Judías verdes hervidas  
Coditos en blanco con zanahoria  
Ensalada de lechuga y pepino  
Pan sin sal y Fruta fresca

09

Crema de calabacín  
Arroz hervido con zanahoria  
Espárragos blancos de lata  
Pan sin sal y Fruta fresca

10

Crema de zanahoria  
Arroz hervido con calabacín  
Ensalada de lechuga y pepino  
Pan sin sal y Fruta fresca

11

Calabacín salteado con cebolla  
Patatas con zanahoria  
Ensalada de lechuga  
Pan sin sal y Fruta fresca

12

Crema de calabaza  
Pasta salteada con cebolla  
Espárragos blancos de lata  
Pan sin sal y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Judías verdes con calabaza y  
cebolla  
Ensalada de lechuga  
Pan sin sal y Fruta fresca

16

Ensalada de lechuga y pepino  
Espirales en blanco con  
zanahoria  
Pan sin sal y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Ensalada de arroz blanco con  
espárragos blancos de lata,  
dados de zanahoria y cebolla  
Pan sin sal y Fruta fresca

18

Coliflor hervida con patatas  
Espaguetis blancos con calabacín  
Ensalada de lechuga y pepino  
Pan sin sal y Fruta fresca

19

Patatas con zanahoria  
Arroz hervido con calabaza  
Pan sin sal y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes con patatas  
Pasta salteada con cebolla  
Pan sin sal y Fruta fresca

25

Crema de calabaza  
Arroz hervido con calabacín  
Pan sin sal y Fruta fresca

26

Hervido de patata, calabacín y  
calabaza  
Arroz hervido con zanahoria  
Pan sin sal y Fruta fresca

29

Calabacín, calabaza y cebolla  
Coditos blancos  
Ensalada de lechuga  
Pan sin sal y Fruta fresca

30

Crema de calabacín  
Ensalada de pasta con dados  
de zanahoria, cebolla y  
espárragos blancos de lata  
Pan sin sal y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan sin gluten y Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas

Pan sin gluten y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

09

Sopa de cocido con fideos sin gluten  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan sin gluten y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

11

Patatas guisadas con magro  
Pechuga de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan sin gluten y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

16

Espirales sin gluten con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan sin gluten y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes  
Pan sin gluten y Fruta fresca

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

19

Sopa de letras sin gluten  
Cinta de lomo con tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

25

Sopa de cocido con fideos sin  
gluten  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan sin gluten y Fruta fresca

26

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan sin gluten y Fruta fresca

29

Crema de zanahoria  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan sin gluten y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos  
Tortilla francesa  
  
Ensalada de tomate  
Pan y Yogur desnatado natural

04

Alubias con patatas  
Abadejo al horno  
  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

05

Lentejas estofadas  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas  
  
Pan y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa de ave con fideos  
Cinta de lomo a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Yogur desnatado natural

11

Patatas estofadas con verduras  
Pechuga de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Yogur desnatado natural

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa de letras  
Cinta de lomo con tomate  
  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Yogur desnatado natural

25

Sopa de ave con fideos  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz a banda  
Merluza al horno con ajo y perejil  
  
Pan y Fruta fresca

29

Lentejas con verduras  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa casera de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan blanco y Postre lácteo

04

Fabada asturiana  
Abadejo a la mediterránea

Fruta fresca

05

Lentejas con patatas  
Jamoncitos de pollo al horno  
con orégano, tomillo y pimienta

Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Pan blanco y Fruta fresca

09

Sopa casera de ave con fideos  
Cinta de lomo horno o plancha  
Patatas panadera al horno  
Fruta fresca

10

Arroz con salsa de tomate  
Abadejo en salsa con pimientos rojos  
Ensalada de tomate  
Postre lácteo

11

Patatas con magro  
Pechuga de pollo horno o plancha  
Pisto de verduras  
Fruta fresca

12

Alubias blancas con patatas  
Abadejo en salsa con pimientos rojos  
Fruta fresca

15

Lentejas con zanahoria  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga  
Fruta fresca

16

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno con orégano,  
tomillo y pimienta  
Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Estofado de pollo con guisantes  
Pan blanco y Postre lácteo

18

Garbanzos con patatas  
Albóndigas de pescado en salsa  
Fruta fresca

19

Sopa casera de letras  
Cinta de lomo con salsa de  
tomate  
Pan blanco y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Judías verdes en salsa de tomate

Tortilla francesa de chorizo  
Ensalada de lechuga  
Pan blanco y Postre lácteo

24

Sopa casera de ave con fideos

Pechuga de pollo horno o plancha  
Patatas panadera al horno  
Fruta fresca

25

Arroz a banda con preparado  
de marisco  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Fruta fresca

26

29

Lentejas con patatas y menestra  
Hamburguesa al horno o plancha  
Ensalada de lechuga  
Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno o plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan blanco y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Puré de huevo con verduras  
y Postre lácteo

04

Puré de verduras, alubias y  
abadejo  
y Triturado de frutas

05

Puré de pollo con verduras  
y Triturado de frutas

08

Puré de verduras y fogonero  
y Triturado de frutas

09

Puré de garbanzos con  
verduras y cerdo  
y Triturado de frutas

10

Puré de arroz con verduras y  
huevo  
y Postre lácteo

11

Puré de pollo con verduras  
y Triturado de frutas

12

Puré de verduras, alubias y  
abadejo  
y Triturado de frutas

15

Puré de huevo con verduras  
y Triturado de frutas

16

Puré de merluza con verduras  
y Triturado de frutas

17

Puré de pollo con verduras  
y Postre lácteo

18

Puré de verduras, garbanzos y  
limanda  
y Triturado de frutas

19

Puré de cerdo con verduras  
y Triturado de frutas

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Puré de huevo con verduras  
y Postre lácteo

25

Puré de garbanzos con  
verduras y cerdo  
y Triturado de frutas

26

Puré de arroz con verduras y  
merluza  
y Triturado de frutas

29

Puré de lentejas con verduras  
y cerdo  
y Triturado de frutas

30

Puré de pollo con verduras  
y Triturado de frutas

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos con  
pollo troceado  
Tortilla de patatas y cebolla

Zanahoria baby salteada  
Pan y Postre lácteo

04

Patatas con zanahoria con  
clara de huevo picado  
Abadejo al horno

Calabaza asada  
Pan y Fruta fresca

05

Crema de calabacín con  
trocitos de jamón serrano  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas  
Patata cocida  
Pan y Fruta fresca

08

Macarrones en blanco con queso

Fogonero al horno  
Calabacín al horno  
Pan y Fruta fresca

09

Sopa casera de ave con fideos  
con huevo duro picado  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

10

Arroz a la zamorana  
  
Tortilla francesa  
Loncha de jamón serrano  
Pan y Postre lácteo

11

Patatas guisadas con magro  
  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

12

Crema de calabaza con virutas  
de jamón serrano  
Abadejo a la riojana  
  
Pan y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria con  
virutas de jamón serrano  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

16

Coditos con tomate  
  
Merluza a las finas hierbas  
  
Pan y Fruta fresca

17

Crema de calabacín con  
picatostes naturales  
Pechuga de pollo al horno  
Calabaza asada  
Pan y Postre lácteo

18

Patatas estofadas con verduras  
Abadejo al horno  
Zanahoria baby salteada  
Pan y Fruta fresca

19

Sopa casera de letras con  
huevo duro picado  
Cinta de lomo con tomate  
  
Pan y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

24

Macarrones en blanco con queso  
  
Tortilla francesa  
Loncha de jamón serrano  
Pan y Postre lácteo

25

Sopa casera de ave con fideos  
con huevo duro picado  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

26

Arroz con salsa de tomate  
  
Merluza al horno con ajo y perejil  
  
Pan y Fruta fresca

29

Crema de zanahoria con  
picatostes naturales  
Magra a la plancha  
Calabaza asada  
Pan y Fruta fresca

30

Crema de calabacín con  
virutas de jamón serrano  
Pechuga de pollo al horno  
Zanahoria baby salteada  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

VACACIONES

02

VACACIONES

03

Sopa de ave con fideos sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

04

Alubias con patatas  
Filete de abadejo a la mediterránea

Pan sin gluten y Fruta fresca

05

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas

Pan sin gluten y Fruta fresca

08

Judías verdes al ajoarriero  
Fogonero al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

09

Sopa de ave con fideos sin gluten  
Garbanzos con verduras

Pan sin gluten y Fruta fresca

10

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

11

Patatas estofadas con verduras  
Pechuga de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan sin gluten y Fruta fresca

12

Alubias con patatas  
Abadejo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

15

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

16

Espirales sin gluten con tomate  
Merluza a las finas hierbas

Pan sin gluten y Fruta fresca

17

Crema de calabacín  
Pollo guisado con guisantes

Pan sin gluten y Fruta fresca

18

Garbanzos con patatas  
Abadejo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan sin gluten y Fruta fresca

19

Sopa de ave con letras sin gluten  
Revuelto de huevo

Pan sin gluten y Fruta fresca

22

NO LECTIVO

23

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

24

Sopa de ave con fideos sin gluten  
Garbanzos con verduras

Pan sin gluten y Fruta fresca

25

Arroz con salsa de tomate  
Merluza al horno con ajo y perejil

Pan sin gluten y Fruta fresca

26

29

Crema de zanahoria  
Revuelto de huevo  
Lechuga iceberg  
Pan sin gluten y Fruta fresca

30

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan sin gluten y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

05

VACACIONES

VACACIONES

Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

Patatas estofadas con  
verduras  
Pechuga de pavo al horno

Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabacín  
Jamoncitos de pollo al horno  
con finas hierbas

Pan y Fruta fresca

08

09

10

11

12

Judías verdes al ajoarriero  
Pechuga de pavo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con fideos  
Cinta de lomo a la plancha  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

Arroz a la zamorana  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

Patatas guisadas con magro  
Escalope de pollo al horno  
Pisto de verduras  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabaza  
Filete de merluza a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

15

16

17

18

19

Crema de zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Coditos con tomate  
Merluza a las finas hierbas  
Pan y Fruta fresca

Crema de calabacín  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Patatas estofadas con verduras  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de tomate  
Pan y Fruta fresca

Sopa de letras  
Cinta de lomo con tomate  
Pan y Fruta fresca

22

23

24

25

26

NO LECTIVO

FESTIVO

Judías verdes a la portuguesa  
Tortilla francesa  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con fideos  
Pechuga de pollo al horno  
Patata panadera al horno  
Pan y Fruta fresca

Arroz con salsa de tomate  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Pan y Fruta fresca

29

30

Crema de zanahoria  
Magra a la plancha  
Lechuga iceberg  
Pan y Fruta fresca

Crema de brócoli  
Pechuga de pollo al horno  
Lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

En cumplimiento del Reglamento  
1169/2011 sobre la información alimentaria  
facilitada al consumidor, disponemos de la  
información de sustancias que pueden causar  
alergias o intolerancias.