

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| <p>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</p> | <p>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</p> | <p>1</p> | <p>2</p> | <p>3</p> |
| <p>6</p> | <p>7</p> | <p>8 Arroz con tomate</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Ensalada Murciana (tom, atún, ac. negra)</p> <p>Melocotón en almibar</p> <p>Cena: Guisantes salteados y tortilla con jamón. Fruta.</p> <p>763.41 KC 21.60 PR 98.44 HC 30.10 LP 4.06 GS</p> | <p>9 Lentejas ECO a la jardinera</p> <p>Tortilla con queso</p> <p>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Parrillada de verduras y hamburguesa plancha. Fruta.</p> <p>668.74 KC 30.19 PR 75.33 HC 23.42 LP 5.69 GS</p> | <p>10 Sopa con letras</p> <p>Pollo en su jugo con patatas</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y brotes soja</p> <p>Helado</p> <p>Cena: Ensalada mixta y croquetas de espinacas. Fruta.</p> <p>536.04 KC 36.21 PR 42.00 HC 23.81 LP 7.48 GS</p> |
| <p>13 Macarrones con atún</p> <p>Rollitos de pavo y queso</p> <p>Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Tomate al horno y salmón finas hierbas. Fruta.</p> <p>736.85 KC 38.35 PR 89.67 HC 22.82 LP 8.24 GS</p> | <p>14 Crema de zanahoria</p> <p>Hamburguesa con champiñones</p> <p>Ensalada mediterránea (lech, tom, espárrag)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Coliflor rehogada y salteado de huevo y setas. Fruta.</p> <p>642.19 KC 23.91 PR 75.46 HC 24.30 LP 2.11 GS</p> | <p>15 Potaje de garbanzos</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada de la huerta (lech, pepino, zanah)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Crema de puerros y pollo al horno. Fruta.</p> <p>688.96 KC 26.70 PR 82.04 HC 24.16 LP 4.32 GS</p> | <p>16 Sopa con fideos</p> <p>Lomo adobado con zanahoria salteada</p> <p>Ensalada siciliana (lech, tom, olivas)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Verduras a la plancha y sepia en salsa. Fruta.</p> <p>561.57 KC 21.51 PR 69.59 HC 15.61 LP 5.42 GS</p> | <p>17 Olleta alicantina ECO</p> <p>Merluza en salsa Mery</p> <p>Ensalada caprichosa (lech, manzana, maíz)</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Ensalada variada y burrito de ternera. Fruta.</p> <p>631.44 KC 38.17 PR 58.89 HC 19.24 LP 5.09 GS</p> |
| <p>20 Lentejas ECO hortelanas</p> <p>Longanizas con cebolla a la plancha</p> <p>Ensalada de lech, espárragos, remol.</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Crema de verduras y gallineta a la plancha. Fruta.</p> <p>815.86 KC 39.13 PR 73.90 HC 36.27 LP 11.25 GS</p> | <p>21 Espirales al pomodoro</p> <p>Rape al horno</p> <p>Ensalada lechuga, maíz y cebolla</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Berenjena a la plancha y lomo al ajillo. Fruta.</p> <p>690.97 KC 28.87 PR 103.88 HC 15.50 LP 2.46 GS</p> | <p>22 Hervido valenciano</p> <p>Pollo a la cazuela</p> <p>Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Tempura de verduras y tortilla francesa. Fruta.</p> <p>541.32 KC 22.74 PR 63.93 HC 18.98 LP 3.95 GS</p> | <p>23 Alubias estofadas</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada del cheff (lechuga, tomate, atún)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Ensalada verde y atún encebollado. Fruta.</p> <p>655.18 KC 24.90 PR 58.50 HC 23.79 LP 4.83 GS</p> | <p>24 Arroz a banda</p> <p>Croquetas de carne</p> <p>Ensalada mixta (lechuga, tomate, york)</p> <p>Natillas</p> <p>Cena: Sándwich vegetal y verduras salteadas. Fruta.</p> <p>723.40 KC 26.06 PR 92.22 HC 26.93 LP 5.62 GS</p> |
| <p>27 Crema de verduras</p> <p>Magro en salsa con cous cous</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y brotes soja</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Sopa con lluvia y falafel con salsa de yogur. Fruta.</p> <p>601.56 KC 27.20 PR 62.50 HC 16.23 LP 3.99 GS</p> | <p>28 Garbanzos a la mediterránea</p> <p>Tortilla con atún</p> <p>Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Champiñones salteados y bacalao al horno. Fruta.</p> <p>753.02 KC 31.77 PR 85.27 HC 26.95 LP 4.97 GS</p> | <p>29 Espaguetis a la napolitana</p> <p>Ventresca en salsa</p> <p>Ensalada italiana (tomate, queso y ac. negras)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Verduras a la plancha y pollo a la jardinera. Fruta.</p> <p>741.78 KC 31.77 PR 102.54 HC 20.42 LP 4.23 GS</p> | <p>30 Sopa con lluvia</p> <p>Albóndigas en salsa con menestra</p> <p>Ensalada campesina (lech, olivas y cebolla)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Crema de remolacha y huevos revueltos. Fruta.</p> <p>700.21 KC 23.53 PR 71.48 HC 32.34 LP 6.33 GS</p> | |

Legumbres, Verduras, Arroces, Pastas y Frutas son Ecológicas.
-Lunes y miércoles: Junto al postre se da un vaso de leche.
Fruta del tiempo: Pera, Plátano, Manzana, Sandía y Melón.

Alérgenos de declaración obligatoria.

