

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</b></p>	<p><b>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</b></p>	<p><b>1</b> Lentejas ECO a la jardinera   Tortilla campesina   Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Fruta del Tiempo                      Cena: Parillada de verduras y revuelto de ajetes.                      Fruta                      672.24 KC 28.15 PR 79.79 HC 22.55 LP 4.44 GS</p>	<p><b>2</b> Arroz 3 delicias (york, tort, guis)                        Rape con verduras   Ensalada lechuga, tomate y pepino</p> <p>Fruta del Tiempo                      Cena: Ensalada mixta y brochetas de pavo. Fruta                      Fruta                      688.40 KC 25.11 PR 106.66 HC 15.93 LP 3.02 GS</p>	<p><b>3</b> Crema de legumbres   Pollo asado con quinoa</p> <p>Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)</p> <p>Yogur </p> <p>Cena: Verduras rehogadas y pescado al vapor.                      Fruta                      744.12 KC 43.77 PR 63.73 HC 27.64 LP 7.16 GS</p>
<p><b>6</b></p> <p><i>FIESTA</i></p>	<p><b>7</b></p> <p><i>FIESTA</i></p>	<p><b>8</b></p> <p><i>FIESTA</i></p>	<p><b>9</b> Macarrones a la napolitana                        San Jacobo                        Ensalada Murciana (tom, atún, ac. negra)                        Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Alcachofas a la plancha y pollo al horno.                      Fruta                      892.77 KC 19.63 PR 122.41 HC 32.93 LP 5.16 GS</p>	<p><b>10</b> Hervido valenciano   Merluza con calabaza ECO salteada   Ensalada lechuga, maíz y cebolla</p> <p>Yogur </p> <p>Cena: Crema de guisantes y hamburguesa. Fruta                      Fruta                      444.00 KC 26.81 PR 41.56 HC 17.93 LP 4.90 GS</p>
<p><b>13</b> Sopa de pescado                        Pollo a la cazuela con patatas   Ensalada mixta (lechuga, tomate, pavo)                        Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Brócoli salteado y salmón al horno. Fruta                      Fruta                      589.02 KC 38.44 PR 70.83 HC 14.47 LP 3.66 GS</p>	<p><b>14</b> Fabada asturiana                      Tortilla con pavo                        Ensalada caprichosa (lech, manzana, maíz)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Sémola y ternera a la plancha. Fruta                      Fruta                      670.94 KC 30.51 PR 47.17 HC 24.51 LP 5.06 GS</p>	<p><b>15</b> Coditos a la Toscana c/queso                        Abadejo a la andaluza                        Ensalada de la huerta (lech, pepino, zanah)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Verduras a la plancha y magro en salsa.                      Fruta                      935.03 KC 36.58 PR 106.15 HC 38.10 LP 10.93</p>	<p><b>16</b> Garbanzos a la mediterránea                        Albóndigas en salsa con cuscús                        Ensalada malagueña (lechuga, pep., naranja)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Acelgas rehogadas y pescado al horno.                      Fruta                      885.03 KC 27.46 PR 90.46 HC 33.75 LP 5.64 GS</p>	<p><b>17</b> Paella de magro y verduras                      Rollitos de york y queso                        Ensalada lechuga, remolacha y aceitunas</p> <p>Gelatina casera    </p> <p>Cena: Ensalada mixta y tortilla de patata. Fruta                      Fruta                      745.45 KC 52.59 PR 67.88 HC 29.05 LP 10.74 GS</p>
<p><b>20</b> Lentejas ECO estofadas                        Tortilla de patata                        Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)</p> <p>Fruta del Tiempo</p> <p>Cena: Crema de coliflor y bacalao al horno. Fruta                      Fruta                      786.94 KC 31.97 PR 91.84 HC 27.47 LP 5.12 GS</p>	<p><b>21</b> Tallarines al ajillo                        Ventresca con calabacín ECO salteado                        Ensalada de lechuga, remolacha y maíz</p> <p>Yogur </p> <p>Cena: Verduras salteadas y tortilla con pimienta.                      Fruta                      655.23 KC 18.55 PR 80.66 HC 16.91 LP 4.47 GS</p>	<p><b>22</b></p> <p><i>MENÚ ESPECIAL</i></p>	<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p>
<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p>

**Legumbres, Verduras, Arroz, Pastas y Frutas son Ecológicas.**  
 -Lunes: Junto al postre se da un vaso de leche.  
 Fruta del tiempo: Pera, Plátano, Manzana, Caqui y Mandarina.

**Alérgenos de declaración obligatoria.**

