

## Lunes

3

## 10 Potaje de Garbanzos con Calabacín

Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada Primavera Escarola Lisa y Rizada, Lombarda, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 778 Lip: 25,11 Prot: 27,68 HC: 114,94 AGS: 3,87 Azu: 40,17 Sal: 2,14****Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

17

17 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 619 Lip: 22,88 Prot: 27,72 HC: 79,28 AGS: 4,25 Azu: 16,40 Sal: 1,20****Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

## Martes

4

11 Crema de Calabaza Calabaza Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Perejil

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 656 Lip: 24,44 Prot: 24,06 HC: 88,86 AGS: 5,36 Azu: 24,54 Sal: 1,69****Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

18

18 Alubias Blancas con Arroz Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Arroz Vaporizado

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/cal 800g A.o.

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 782 Lip: 28,43 Prot: 25,86 HC: 108,29 AGS: 4,23 Azu: 26,10 Sal: 2,42****Cena:** Pasta + Carne + Fruta

## Miércoles

5

## 12 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco

Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo ContramusloPan Blanco Pan  
Yogur Natural Yogurt Natural**Kcal: 668 Lip: 23,11 Prot: 31,87 HC: 82,49 AGS: 5,97 Azu: 16,43 Sal: 1,63****Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

19

19 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo duro Ensalada 4 Estaciones, Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Gruesos, Patata Dado Eco, Poton

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 681 Lip: 24,68 Prot: 21,53 HC: 96,19 AGS: 4,01 Azu: 36,34 Sal: 1,41****Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

## Jueves

6

13 Crema de Pescado (Emblanco) Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Tomate Triturado

Espirales con Tomate y Queso Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 781 Lip: 22,98 Prot: 24,87 HC: 117,69 AGS: 4,69 Azu: 27,63 Sal: 2,08****Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo

20

20 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Oregano

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Fruta Temporada**Kcal: 678 Lip: 21,33 Prot: 29,43 HC: 92,86 AGS: 3,16 Azu: 23,21 Sal: 1,78****Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Viernes

7

14 Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Salmón al Horno en Salsa Salmon Cola C/p 80/90, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada**Kcal: 658 Lip: 25,96 Prot: 26,86 HC: 82,60 AGS: 4,19 Azu: 16,96 Sal: 1,18****Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

21

21 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picada

Pan Integral Pan Integral  
Fruta Temporada**Kcal: 685 Lip: 26,16 Prot: 20,29 HC: 93,44 AGS: 4,07 Azu: 28,38 Sal: 1,13****Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta