

## Lunes

- 12** Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- FESTIVO**
- Contramuslo de Pollo Asado Pollo  
Contramuslo S/h S/p, Cebolla Dado Eco, Patata Dado 20x20 Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada  
Pan Blanco Banquete Pan
- MANDARINA Mandarina

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 19** Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco
- Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Líquido, Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan Blanco Banquete Pan
- NARANJA Naranja
- Kcal:** 480 **Lip:** 21,56 **Prot:** 16,17 **HC:** 57,95 **AGS:** 3,85 **Azu:** 16,42 **Sal:** 0,81

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

- 26** Macarrones Integrales con Tomate ECO Macarrones Int. Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
- Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo  
Jamoncito, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan Blanco Banquete Pan
- NARANJA Naranja
- Kcal:** 590 **Lip:** 21,64 **Prot:** 24,70 **HC:** 71,25 **AGS:** 3,97 **Azu:** 19,68 **Sal:** 0,91

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

- 2** Crema Hortelana ECO Patata Dado Eco, Agua, Espinacas Porción Eco, Zanahoria Dado Eco
- FESTIVO**
- Estofado de Cerdo en Salsa con Verduras Ensaladilla, Cerdo Dado Cong, Agua, Tomate Frito Eco
- Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan Blanco Banquete Pan
- MANDARINA Mandarina

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

## Martes

- 13** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín ECO Alubia Blanca Eco, Agua, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Líquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Girasol Alto Oleico
- Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- PERA Pera

**Kcal:** 720 **Lip:** 27,17 **Prot:** 26,89 **HC:** 95,07 **AGS:** 4,75 **Azu:** 23,77 **Sal:** 0,75

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

- 20** Coditos con Tomate y Orégano ECO Tiburon Eco 5kg (Gallet Blanco), Anna Ecologica, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Orégano Hoja
- Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- MANZANA Manzana Royal Gala
- Kcal:** 689 **Lip:** 26,85 **Prot:** 29,35 **HC:** 81,20 **AGS:** 5,69 **Azu:** 5,83 **Sal:** 1,09

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 27** Potaje de Lentejas con Calabaza ECO Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco
- Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Líquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Girasol Alto Oleico
- Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- MANZANA Manzana Royal Gala
- Kcal:** 704 **Lip:** 27,08 **Prot:** 27,00 **HC:** 90,08 **AGS:** 4,70 **Azu:** 5,10 **Sal:** 0,72

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

- 3** Espirales Integrales con Tomate ECO Macarrones Eco Integral, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
- Lentejas con Verduras Cocidas ECO Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Agua
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- NARANJA Naranja
- Kcal:** 760 **Lip:** 20,72 **Prot:** 26,52 **HC:** 114,86 **AGS:** 3,22 **Azu:** 20,26 **Sal:** 1,00

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta

## Miércoles

- 14** Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga 90% Pollo S/glu, ortola, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Patatas Panaderas al Vapor ECO Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego
- Pan Blanco Banquete Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.

**Kcal:** 591 **Lip:** 28,70 **Prot:** 34,87 **HC:** 49,01 **AGS:** 7,09 **Azu:** 17,12 **Sal:** 0,88

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

- 21** Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
- Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Sal Yodada
- Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
- Pan Blanco Banquete Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
- Kcal:** 487 **Lip:** 23,11 **Prot:** 21,13 **HC:** 50,11 **AGS:** 6,53 **Azu:** 18,50 **Sal:** 0,67

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

- 28** Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Patatas Panaderas al Vapor ECO Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco, hnos Gallego
- Pan Blanco Banquete Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
- Kcal:** 528 **Lip:** 26,70 **Prot:** 25,34 **HC:** 54,40 **AGS:** 5,55 **Azu:** 19,79 **Sal:** 0,90

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 4** Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
- Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Puerro Rodaja Eco
- Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Tomillo Hoja Eco
- Pan Blanco Banquete Pan
- Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.
- Kcal:** 532 **Lip:** 24,67 **Prot:** 26,92 **HC:** 51,94 **AGS:** 7,12 **Azu:** 18,33 **Sal:** 0,67

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

## Jueves

- 15** Arroz con Pisto ECO Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Calabacín Dado Eco
- Guisadillo de Garbanzos ECO Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco
- Pan Blanco Banquete Pan

MANZANA Manzana Royal Gala

**Kcal:** 762 **Lip:** 17,50 **Prot:** 23,53 **HC:** 120,72 **AGS:** 2,66 **Azu:** 4,41 **Sal:** 0,83

**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 22** Crema de Calabaza ECO Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Lentejas guisadas con Arroz ECO Lenteja Pardina, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
- Pan Blanco Banquete Pan
- PERA Pera
- Kcal:** 649 **Lip:** 20,47 **Prot:** 21,56 **HC:** 96,74 **AGS:** 3,24 **Azu:** 24,76 **Sal:** 0,56

**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 29** Crema de Zanahoria ECO Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Agua, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
- Alubias Pintas Guisadas con Arroz ECO Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco
- Pan Blanco Banquete Pan
- PLÁTANO Platano Banana
- Kcal:** 812 **Lip:** 17,86 **Prot:** 23,73 **HC:** 140,50 **AGS:** 2,88 **Azu:** 27,59 **Sal:** 0,70

**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

- 5** Puchero ECO Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco
- Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
- Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan Blanco Banquete Pan
- PERA Pera
- Kcal:** 696 **Lip:** 24,19 **Prot:** 33,51 **HC:** 80,50 **AGS:** 3,87 **Azu:** 19,83 **Sal:** 0,69

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

## Viernes

- 16** Macarrones Integrales con Tomate ECO Macarrones Int. Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
- Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
- Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- PLÁTANO Platano Banana

**Kcal:** 720 **Lip:** 25,05 **Prot:** 28,66 **HC:** 90,01 **AGS:** 4,42 **Azu:** 31,74 **Sal:** 1,11

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

- 23** Puchero ECO Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco
- Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Eco Orégano Hoja
- Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- PLÁTANO Platano Banana
- Kcal:** 733 **Lip:** 21,85 **Prot:** 33,75 **HC:** 93,13 **AGS:** 4,02 **Azu:** 28,10 **Sal:** 0,65

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

- 30** Arroz Integral a la Campesina ECO Arroz Integral Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Zanahoria, Cebolla
- Abadejo al Horno a las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco, hnos Gallego
- Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°, Sal Yodada
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- PERA Pera
- Kcal:** 622 **Lip:** 18,98 **Prot:** 25,75 **HC:** 84,81 **AGS:** 3,22 **Azu:** 21,76 **Sal:** 0,86

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 6** Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada
- Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Líquido, Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco
- Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6°
- Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral
- PLÁTANO Platano Banana
- Kcal:** 739 **Lip:** 24,50 **Prot:** 18,35 **HC:** 109,96 **AGS:** 4,46 **Azu:** 30,38 **Sal:** 1,07

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta