



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO DÍA DEL TRABAJADOR
4 Arroz con salsa de tomate y orégano - Rice with tomato San Jacobo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14) - Breaded ham and cheese steak lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot Pan (1) - Bread Manzana - Apple	5 Alubias blancas estofadas con verduras (19) - White beans stew Tortilla de pavo (3, 6, 7) - Turkey omelette lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato Pan (1) - Bread Yogur (7) - Yoghurt	6 Macarrones integrales gratinados (1, 3, 7) - Pasta with tomato sauce & cheese Merluza rebozada (1, 3, 4) - Breaded hake fish con lechuga y maíz - lettuce & corn Pan (1) - Bread Pera - Pear	7 Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables Pan (1) - Bread Naranja - Orange	8 Menestra de verduras (19) - Vegetable stew Contramuslo de pollo al horno - Grilled chicken fillet con patatas Rostie - with potatoes Pan integral (1) - Wholemeal bread Plátano - Banana
KCAL 700,97 Prot.(g) 15,33 Hidr.(g) 111,42 Lípid.(g) 20,71 AGS.(g) 3,76	KCAL 622,51 Prot.(g) 30,86 Hidr.(g) 68,25 Lípid.(g) 26,37 AGS.(g) 5,89	KCAL 774,03 Prot.(g) 37,30 Hidr.(g) 106,17 Lípid.(g) 22,61 AGS.(g) 3,92	KCAL 651,41 Prot.(g) 39,56 Hidr.(g) 81,93 Lípid.(g) 17,96 AGS.(g) 5,39	KCAL 694,23 Prot.(g) 31,90 Hidr.(g) 79,28 Lípid.(g) 27,73 AGS.(g) 4,18
11 Crema de zanahorias (eco) (12) - Cream of carrot soup Lentejas guisadas con verduras y arroz (1, 19) - Lentil stew Pan (1) - Bread Yogur (7) - Yoghurt	12 Sopa de estrellas (1, 3) - Chicken and pasta soup Albóndigas de ternera con verduras y arroz integral (19) - Pork stew Pan (1) - Bread Naranja - Orange	13 Coditos a la carbonara (1, 3, 6, 7) - Carbonara pasta Salmón en salsa (4) - Salmon with sauce lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot Pan (1) - Bread Melón - Melon	14 Patatas guisadas con verduras - Potato casserole with vegetables Escalope de pollo (1, 3) - Breaded chicken fillet con lechuga y maíz - lettuce & corn Pan integral (1) - Wholemeal bread Plátano - Banana	15 FESTIVO SAN ISIDRO LABRADOR
KCAL 678,19 Prot.(g) 27,39 Hidr.(g) 104,97 Lípid.(g) 16,51 AGS.(g) 3,67	KCAL 749,88 Prot.(g) 25,22 Hidr.(g) 85,32 Lípid.(g) 33,75 AGS.(g) 10,30	KCAL 643,78 Prot.(g) 34,31 Hidr.(g) 63,80 Lípid.(g) 27,75 AGS.(g) 6,34	KCAL 675,35 Prot.(g) 28,86 Hidr.(g) 82,71 Lípid.(g) 25,70 AGS.(g) 4,05	
18 Paella de verduras y magro - Rice with pork & vegetables Palometa con tomate (4) - Fish in sauce lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot Pan (1) - Bread Manzana - Apple	19 Judías verdes con jamón (6, 19) - Green beans with ham Jamoncitos de pollo asados - Grilled chicken fillet con patatas fritas - with potatoes Pan (1) - Bread Naranja - Orange	20 Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables Pan (1) - Bread Yogur (7) - Yoghurt	21 Espirales integrales gratinados (1, 3, 7) - Pasta with tomato & cheese Tortilla de patata y calabacín (3) - Potato and zucchini omelette con lechuga y maíz - lettuce & corn Pan (1) - Bread Sandía - Watermelon	22 Judías pintas estofadas con verduras (19) - Red bean stew with vegetables Abadejo rebozado (1, 3, 4) - Breaded fish lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato Pan integral (1) - Wholemeal bread Plátano - Banana
KCAL 704,58 Prot.(g) 38,31 Hidr.(g) 80,72 Lípid.(g) 25,17 AGS.(g) 4,01	KCAL 609,01 Prot.(g) 32,29 Hidr.(g) 57,00 Lípid.(g) 27,59 AGS.(g) 4,77	KCAL 700,82 Prot.(g) 42,49 Hidr.(g) 86,26 Lípid.(g) 20,61 AGS.(g) 7,23	KCAL 684,70 Prot.(g) 23,57 Hidr.(g) 76,42 Lípid.(g) 33,01 AGS.(g) 7,06	KCAL 709,29 Prot.(g) 37,17 Hidr.(g) 85,64 Lípid.(g) 24,44 AGS.(g) 3,53
25 Lentejas (eco) estofadas (1, 19) - Lentils with vegetables Merluza en salsa (4) - Hake fish in sauce lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato Pan (1) - Bread Naranja - Orange	26 Crema de calabaza - Cream of pumpkin soup Ragout de ternera - Beef stew con patatas fritas - fried potatoes Pan (1) - Bread Plátano - Banana	27 Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19) - Noodles with pork Limanda rebozada (3, 4) - Breaded fish lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot Pan (1) - Bread Sandía - Watermelon	28 Garbanzos guisados con verduras (19) - Chickpeas stew Tortilla de jamón cocido (3, 6) - Ham omelette lechuga y maíz - lettuce & corn Pan integral (1) - Wholemeal bread Melón - Melon	29 - JORNADA ITALIANA- - Fusilli Napoletani (1, 3, 7) - Pizza Prosciutto e Formaggio (1, 4, 6, 7, 9, 10, 12) - Ham & cheese pizza Gelato al Cioccolato (7) - Ice cream
KCAL 640,02 Prot.(g) 38,31 Hidr.(g) 76,71 Lípid.(g) 19,26 AGS.(g) 2,75	KCAL 624,37 Prot.(g) 34,38 Hidr.(g) 78,82 Lípid.(g) 19,07 AGS.(g) 3,37	KCAL 700,73 Prot.(g) 37,61 Hidr.(g) 74,51 Lípid.(g) 28,16 AGS.(g) 4,61	KCAL 644,01 Prot.(g) 27,90 Hidr.(g) 71,48 Lípid.(g) 28,86 AGS.(g) 4,57	KCAL 706,97 Prot.(g) 24,40 Hidr.(g) 81,19 Lípid.(g) 30,69 AGS.(g) 13,98

ALÉRGICOS

- 1. GLUTEN
- 2. CRUSTÁCEOS
- 3. HUEVOS
- 4. PESCADO
- 5. CACAHUETES
- 6. SOJA
- 7. LÁCTEOS
- 8. FRUTOS DE CASCARA
- 9. APIO
- 10. MOSTAZA
- 11. SÉSAMO
- 12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS
- 13. ALTRAMUCES
- 14. MOLUSCOS

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro