



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. AJO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIOXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. ALTRAMUZES



14. MOLUSCOS

5

Arroz tres delicias (jamón, huevo y guisantes) (3, 6)
Bacalao rebozado (1, 3, 4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Manzana

12

**DÍA DE LA
HISPANIDAD**

19

Crema de calabaza
Nuggets vegetales (1, 3, 6)
con arroz
Pan (1)
Mandarina

26

Coditos con tomate (1, 3)
Palometa al horno (4)
con pisto
Pan (1)
Manzana

6

Macarrones integrales con salsa de tomate y orégano (1, 3)
Tortilla de atún (3, 4)
lechuga y maíz
Pan (1)
Sandía

13

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1)
Huevos fritos con patatas (3)
Pan (1)
Pera

20

Alubias blancas estofadas con verduras
Tortilla francesa (3)
lechuga y maíz
Pan (1)
Yogur de soja (6)

27

Arroz integral con tomate
Cinta de Sajonia al horno
lechuga y maíz
Pan (1)
Yogur de soja (6)

7

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta
Pan integral (1)
Melón

14

Arroz caldoso con verduras y pescado (4)
Pollo asado
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur de soja (6)

21

Arroz alicantina (j.verde, calamar y tomate) (14)
Pollo al limón
lechuga y tomate (12)
Pan integral (1)
Manzana

28

Judías pintas estofadas con verduras
Tortilla de jamón (3, 6)
con ensalada (12)
Pan integral (1)
Plátano

1

Arroz integral con verduras
Cinta de lomo a la plancha
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur de soja (6)

8

Brócoli salteado con patatas
Contramuslo de pollo al horno
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Plátano

15

Judías verdes rehogadas con jamón (6)
Albóndigas mixtas con verduras y cus-cús (1, 6, 12, 19)
Pan (1)
Naranja

22

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta
Pan (1)
Plátano

29

Crema de zanahorias con picatostes (1)
Guiso de pavo con patatas
Pan (1)
Pera

2

Patatas guisadas con verduras y calamares (14)
Salmón al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Sandía

9

Judías pintas con verduras
Merluza en salsa marinera (2, 4, 14)
con arroz
Pan integral (1)
Yogur de soja (6)

16

Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19)
Abadejo al horno (4)
con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Plátano

23

Espirales integrales a la boloñesa (1, 3)
Filete de merluza rebozado (1, 3, 4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Naranja

30

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1)
Merluza al horno (4)
lechuga y maíz
Pan integral (1)
Mandarina