



### Lunes

### Martes

### Miércoles

### Jueves

### Viernes

04/01 - 01/02 - 01/03 - 29/03

Potaje de verduras  
Burguer mixta a la barbacoa<sup>⑨ ⑭</sup>  
Papas fritas  
Fruta

Ene 837,3 Hdc 76,3 Pro 20,8 Lip 49,4

05/01 - 02/02 - 02/03 - 30/03

Crema de calabacín  
Cerdo agri dulce  
Arroz tres delicias<sup>⑨</sup>  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 526,2 Hdc 55,3 Pro 23,7 Lip 24,3

06/01 - 03/02 - 03/03 - 01/04

Potaje de lentejas  
Croquetas de pescado<sup>① ② ④</sup>  
Ensalada mixta<sup>③ ④ ⑭</sup>  
Fruta

Ene 436,9 Hdc 37,8 Pro 14,7 Lip 24,8

07/01 - 04/02 - 04/03 - 02/04

Sopa de la casa<sup>①</sup>  
Pollo asado al romero  
Papas sancochadas  
Fruta

Ene 400,2 Hdc 40,0 Pro 26,8 Lip 14,1

08/01 - 05/02 - 05/03 - 03/04

Crema de acelgas  
Macarrones<sup>①</sup>  
Salsa de tomate y atún<sup>④ ⑭</sup>  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 635,5 Hdc 114,9 Pro 67,1 Lip 41,4

11/01 - 08/02 - 08/03

Sopa de pollo con fideos<sup>①</sup>  
Albóndigas mixtas a la casera<sup>⑨ ⑭</sup>  
Arroz blanco  
Fruta

Ene 622,4 Hdc 111,3 Pro 18,7 Lip 10,5

12/01 - 09/02 - 09/03

Potaje de verduras  
Abadejo en salsa verde<sup>④ ⑤ ⑥</sup>  
Papas sancochadas  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 383,4 Hdc 50,9 Pro 19,9 Lip 10,8

13/01 - 10/02 - 10/03

Potaje de judías blancas  
Tortilla española<sup>③</sup>  
Ens de col, zanahoria y queso<sup>② ⑭</sup>  
Fruta

Ene 380,2 Hdc 36,7 Pro 15,4 Lip 19,4

14/01 - 11/02 - 11/03

Caldo de millo y cilantro  
Estofado de pollo con zanahorias,  
habichuelas y papa cuadro<sup>⑭</sup>  
Fruta

Ene 293,8 Hdc 30,5 Pro 14,2 Lip 12,4

15/01 - 12/02 - 12/03

Garbanzos con espinacas  
Escalope de cerdo<sup>①</sup>  
Ensalada tropical  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 888,0 Hdc 35,6 Pro 44,1 Lip 62,3

18/01 - 15/02 - 15/03

Potaje de verduras  
Arroz marinero con pescado y  
verduras<sup>④ ⑤ ⑥ ⑭</sup>  
Fruta

Ene 707,1 Hdc 92,9 Pro 38,7 Lip 19,6

19/01 - 16/02 - 16/03

Sopa de ternera<sup>①</sup>  
Pechuga de pollo al ajillo<sup>⑭</sup>  
Papas sancochadas  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 369,9 Hdc 41,4 Pro 31,1 Lip 07,8

20/01 - 17/02 - 17/03

Potaje de lentejas  
Merluza empanada al  
horno<sup>① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑨ ⑪ ⑬ ⑭</sup>  
Ensalada mixta<sup>③ ④ ⑭</sup>  
Fruta

Ene 391,3 Hdc 39,3 Pro 21,2 Lip 16,4

21/01 - 18/02 - 18/03

Crema de calabacín  
Salchichas con tomate<sup>⑨ ⑭</sup>  
Arroz blanco  
Fruta

Ene 1131,7 Hdc 219,6 Pro 23,2 Lip 22,9

22/01 - 19/02 - 19/03

Potaje de berros y judías  
Pizza margarita con atún<sup>① ② ④ ⑨ ⑪</sup>  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 404,7 Hdc 50,1 Pro 16,4 Lip 14,2

25/01 - 22/02 - 22/03

Crema de guisantes  
Pollo al chilindrón  
Arroz blanco  
Fruta

Ene 605,4 Hdc 103,0 Pro 21,6 Lip 11,1

26/01 - 23/02 - 23/03

Potaje de lentejas  
Churros de pescado<sup>① ② ③ ④ ⑤ ⑥</sup>  
Ensalada mixta<sup>③ ④ ⑭</sup>  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 430,3 Hdc 50,5 Pro 23,1 Lip 14,4

27/01 - 24/02 - 24/03

Potaje de verduras  
Tallarines<sup>①</sup>  
Boloñesa de ternera<sup>⑨ ⑭</sup>  
Fruta

Ene 510,5 Hdc 93,0 Pro 18,3 Lip 06,3

28/01 - 25/02 - 25/03

Sopa de pollo con letras<sup>①</sup>  
Filete de fogonero emperejilado<sup>④</sup>  
Papas sancochadas - Mojo verde<sup>⑭</sup>  
Fruta

Ene 284,5 Hdc 38,3 Pro 24,8 Lip 03,5

29/01 - 26/02 - 26/03

Crema de calabaza  
Tortilla española<sup>③</sup>  
Ensalada al estilo italiano<sup>① ② ⑭</sup>  
Lácteo<sup>②</sup>

Ene 766,0 Hdc 15,6 Pro 60,3 Lip 51,4

### Información Nutricional

Ene Energía Kcal	HdC Hidratos Grs	Pro Proteínas Grs	Lip Lípidos Grs
Si almuerzo		Debo cenar	
Pasta-Arroz		Verduras	
Verduras		Pasta-Arroz	
Carne		Pescado o Huevo	
Pescado		Carne o Huevo	
Huevo		Carne o Pescado	
Fruta		Lácteo o Fruta	
Lácteo		Fruta	

### Información de Alérgenos

 Gluten ①	 Leche ②	 Huevo ③	 Pescado ④
 Moluscos ⑤	 Crustáceos ⑥	 F.Cáscara ⑦	 Cacahuete ⑧
 Soja ⑨	 Apio ⑩	 Mostaza ⑪	 Altramuz ⑫
 Sésamo ⑬	 Sulfitos ⑭		

Relación de alérgenos según el RD 126/2015

Nuestros menús se acompañan de **gofio de millo** para potajes y cremas, **aceite de oliva** y **vinagre** <sup>⑭</sup> para ensaladas, **queso rallado** <sup>②</sup> para pastas, **pan blanco/integral** <sup>①</sup> y agua

Este menú puede variar su composición por causas justificadas con el fin de adaptarnos a las condiciones del mercado, materias primas y/o producción

Nuestro Departamento de Calidad está formado por especialistas en Nutrición y Seguridad Alimentaria

