

## Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Jamón** Croqueta Jamon, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azucar  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

- 19   
**FESTIVO**

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 20   
**FESTIVO**

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

## Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

- 23 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

## Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Huevo + Lácteo**

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza a la Andaluz.** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maiz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Abadejo con Tomate** Abadejo Filete S/p S/e 85/105 105/125, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Ave + Lácteo**

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

## Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Pescado + Fruta**

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

## Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Pescado + Lácteo**

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Ave + Lácteo**

- 19   
**FESTIVO**

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**

## Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Multicereales y Agua** Pan Cereales  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 20   
**FESTIVO**

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa

- Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

mediterránea

## Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Jamón** Croqueta Jamon, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

- 19   
**FESTIVO**

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13 **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 20   
**FESTIVO**

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

mediterránea

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo

- 17** **Pasta Sin Gluten Napolitana** Tomate Frito, Macarrones S/gluten, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta Sin Gluten con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo



FESTIVO

- 19** **Pasta Sin Gluten con Queso** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta Sin Gluten con Caballa** Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta



FESTIVO

- 20** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Filete de Lomo de Sajonia** Lomo Sajonia, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

- 17** **Pasta Sin Huevo Napolitana** Tomate Frito, Macarrones S/gluten, Aceite Oliva 0,4°  
**Merluza a la Andaluza.** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta Sin Huevo con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

- 19**   
**FESTIVO**

- 26** **Pasta Sin Huevo con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azúcar  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta Sin Huevo con Caballa** Macarrones S/gluten, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 20**   
**FESTIVO**

- 27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Hamburguesa de Pollo al Horno** Hamburguesa Pollo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza a la Andaluz.** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo de Soja



FESTIVO

- 19** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta



FESTIVO

- 20** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche Sin Lactosa** Leche Semi S/lactosa

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Jamón** Croqueta Jamon, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Arroz con Cebolla y Pimiento** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Frito, Pimiento Verde  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Crema de Calabaza.** Patata Pelada, Calabaza, Calabaza, Aceite Oliva 0,4°  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 31** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

- 19**   
**FESTIVO**

- 26** **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo


## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Multicereales y Agua** Pan Cereales  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 20**   
**FESTIVO**

- 27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

mediterránea

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza a la Andaluz.** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Abadejo con Tomate** Abadejo Filete S/p S/e 85/105 105/125, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

- 19**   
**FESTIVO**

- 26** **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Multicereales y Agua** Pan Cereales  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 20**   
**FESTIVO**

- 27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

mediterránea



## Lunes

- 2 **Crema de Calabacín.** Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Huevo + Fruta**

- 9 **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 16 **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

- 23 **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

- 30 **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

## Martes

- 3 **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 10 **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Cebolla** Huevo Liquido, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Huevo + Lácteo**

- 17 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Ternera al Horno** Ternera Ragut, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

- 24 **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Tortilla Francesa con Queso.** Tortilla Francesa, Queso Barra Sandwich  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Lácteo**

- 31 **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

## Miércoles

- 4 **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Filete de Pollo al Horno** Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

- 11 **Judías Verdes Rehogadas** Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Ave + Fruta**

- 18 **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

- 25 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

## Jueves

- 5 **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

- 12 **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Huevo + Lácteo**

- 19   
**FESTIVO**

- 26 **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Hamburguesa de Ternera al Horno** Hamburguesa Vacuno, Aceite Girasol  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**


## Viernes

- 6 **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Tortilla de York** Huevo Liquido, Fiambre Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Multicereales y Agua** Pan Cereales  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

- 13 **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 20   
**FESTIVO**

- 27 **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

mediterránea

## Lunes

- 2 Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Yogur Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Huevo + Fruta**

- 9 Sopa de Arroz Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
Albóndigas en Salsa Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
Champiñón al Ajillo Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 16 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
Tortilla de Patata con Calabacín. Tortilla Patata y Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

- 23 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
Cinta de Lomo Fresca al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Yogur Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

- 30 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

## Martes

- 3 Judías Blancas con Chorizo Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

- 10 Lentejas Castellanas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
Tortilla de Patata con Cebolla Huevo Liquido, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Huevo + Lácteo**

- 17 Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
Ternera al Horno Ternera Ragut, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
Zanahorias al Ajillo. Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

- 24 Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
Tortilla Francesa con Queso. Tortilla Francesa, Queso Barra Sandwich  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Lácteo**

- 31 Lentejas con Chorizo Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa  
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

## Miércoles

- 4 Pasta con Tomate Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
Filete de Pollo al Horno Pollo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan Integral y Agua Pan Integral  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

- 11 Judías Verdes Rehogadas Judía Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Carcarnusos Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Pan Integral y Agua Pan Integral  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Ave + Fruta**

- 18 Crema de Zanahoria Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan Integral y Agua Pan Integral  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Yogur Yogurt Natural

**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

- 25 Sopa de Cocido Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
Pan Integral y Agua Pan Integral  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

## Jueves

- 5 Sopa de Cocido Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
Cocido Completo Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
Rapollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

- 12 Potaje de Garbanzos con Espinacas Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
Salchichas de Pavo al Horno Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
Ensalada de Tomate Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Huevo + Lácteo**

FESTIVO

- 19 Pasta con Queso Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
Hamburguesa de Ternera al Horno Hamburguesa Vacuno, Aceite Girasol  
Guisantes Rehogados Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Pan y Agua Pan  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**

## Viernes

- 6 Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
Tortilla de York Huevo Liquido, Fiambre Sandwich, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Pimientos Asados Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
Pan Multicereales y Agua Pan Cereales  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

- 13 Pasta Napolitana Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
Tortilla Francesa de Espinacas. Tortilla Francesa con Espinacas  
Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan Semillas y Agua Pan Semillas  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Yogur Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

FESTIVO

- 20 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa  
Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
Pan Semillas y Agua Pan Semillas  
Fruta de Temporada Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
Leche Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

mediterránea

## Lunes

- 2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

- 3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo de Soja

- 17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza a la Andaluz.** Merluza Filete C/p S/e 50/113, Harina Fina Maíz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

- 31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

- 4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 11** **Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Carcamusas** Magro de Cerdo, Tomate Frito, Guisante, Cebolla  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 18** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

- 25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

- 5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo de Soja

- 12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo de Soja

FESTIVO

- 19** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

- 26** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

## Viernes

- 6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

FESTIVO

- 20** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Bebida de Soja** Bebida Soja C/calcio

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

## Lunes

**2** Crema de Calabacín. Patata Pelada, Calabacín, Calabacín Dado, Aceite Oliva 0,4°  
**Croquetas de Jamón** Croqueta Jamon, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Kcal: 603 Lip: 23,73 Prot: 15,80 HC: 83,01**

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**9** **Sopa de Arroz** Arroz Vaporizado, Cebolla, Tomate Triturado, Aceite Oliva 0,4°  
**Albóndigas en Salsa** Albondiga Pollo, Cebolla, Harina Fina Maíz, Aceite Oliva 0,4°  
**Champiñón al Ajillo** Champiñón Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 613 Lip: 23,20 Prot: 24,22 HC: 75,08**

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**16** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Tortilla de Patata con Calabacín.** Tortilla Patata y Calabacín  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 621 Lip: 17,14 Prot: 29,16 HC: 91,71**

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**23** **Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Kcal: 638 Lip: 23,91 Prot: 39,52 HC: 64,78**

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**30** **Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Salchichas de Pavo al Horno** Frankfurt Pavo, Aceite Girasol  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 722 Lip: 30,15 Prot: 21,54 HC: 94,85**

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Martes

**3** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 670 Lip: 24,97 Prot: 34,23 HC: 80,10**

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**10** **Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola  
**Fogonero con Tomate** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 678 Lip: 18,04 Prot: 42,91 HC: 89,26**

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

**17** **Pasta Napolitana** Tomate Frito, Espiral, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Escalope de Merluza** Merluza Filete Empanado, Aceite Girasol  
**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 725 Lip: 22,00 Prot: 22,94 HC: 109,63**

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**24** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 668 Lip: 26,68 Prot: 34,24 HC: 75,15**

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**31** **Lentejas con Chorizo** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Fogonero en Papillote** Fogonero Porcion S/p S/e 125/165, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Pimiento Verde  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 663 Lip: 19,13 Prot: 43,87 HC: 81,62**

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Miércoles

**4** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azúcar  
**Merluza al Horno.** Merluza Filete C/p S/e 90/115, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 623 Lip: 19,56 Prot: 29,08 HC: 83,54**

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta



**11** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Kcal: 623 Lip: 22,41 Prot: 41,45 HC: 64,46**

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**18** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 722 Lip: 22,96 Prot: 36,37 HC: 90,92**

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**25** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 722 Lip: 22,96 Prot: 36,37 HC: 90,92**

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

## Jueves

**5** **Sopa de Cocido** Fideos, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina  
**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon  
**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 722 Lip: 22,96 Prot: 36,37 HC: 90,92**

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**12** **Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla  
**Palometa al Horno** Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate** Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 680 Lip: 22,42 Prot: 39,66 HC: 82,42**

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo



**19** **Crema de Zanahoria** Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Pollo Asado** Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Integral y Agua** Pan Integral  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Kcal: 623 Lip: 22,41 Prot: 41,45 HC: 64,46**

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**26** **Pasta con Queso** Espiral, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva 0,4°  
**Limanda en Salsa Verde** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco  
**Guisantes Rehogados** Guisante, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 724 Lip: 25,22 Prot: 38,71 HC: 85,89**

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 650 Lip: 19,21 Prot: 31,39 HC: 90,73**

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

## Viernes

**6** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito  
**Caballa en Aceite** Caballa Aceite  
**Pimientos Asados** Pimiento Italiano, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Multicereales y Agua** Pan Cereales  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 653 Lip: 21,71 Prot: 32,90 HC: 83,80**

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**13** **Pasta con Caballa** Espiral, Tomate Frito, Cebolla, Caballa Aceite  
**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural  
**Kcal: 660 Lip: 23,67 Prot: 27,25 HC: 85,57**

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta



**20** **Judías Blancas con Chorizo** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan y Agua** Pan  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 621 Lip: 17,14 Prot: 29,16 HC: 91,71**

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**27** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Semillas y Agua** Pan Semillas  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada  
**Kcal: 650 Lip: 19,21 Prot: 31,39 HC: 90,73**

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

mediterránea