



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 Arroz con tomate Cinta de lomo a la plancha lechuga y tomate (12) Pan (1) Yogur de soja (6)	8 Sopa de cocido (1, 3) Cocido completo: garbanzos (eco), mortillo, chorizo, pollo y panceta (19) Pan (1) Melón	9 Crema de zanahorias (eco) (12) Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Pan integral (1) Pera	10 Judías pintas con arroz integral (19) Tortilla francesa (3) lechuga y tomate (12) Pan (1) Sandía	11 Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas) (4, 12) Merluza al horno (4) lechuga y zanahoria (12) Pan integral (1) Plátano
14 Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19) Fogonero en salsa verde (4) con lechuga y maíz Pan (1) Manzana	15 Sopa de ave con estrellitas (1, 3) Ragout de ternera con cuscús (1, 6) Pan (1) Sandía	16 Crema de verduras Pollo asado con patatas Rostie Pan integral (1) Plátano	17 Garbanzos guisados con verduras (19) Tortilla de patata y calabacín (3) con lechuga y zanahoria (12) Pan (1) Yogur de soja (6)	18 Arroz con pollo y verduras (19) Bacalao rebozado (1, 3, 4) con lechuga y maíz Pan integral (1) Melón
21 Crema de calabacín (eco) con picatostes (1) Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19) Pan (1) Sandía	22 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y guisantes) (3, 6, 19) Palometa rebozada (1, 3, 4) lechuga y tomate (12) Pan (1) Melón	23 Sopa de cocido (1, 3) Cocido completo: garbanzos (eco), mortillo, chorizo, pollo y panceta (19) Pan integral (1) Naranja	24 Brócoli rehogado Guiso de pavo con verduras y arroz integral Pan (1) Plátano	25 Alubias blancas estofadas con verduras (19) Tortilla francesa (3) lechuga y zanahoria (12) Pan integral (1) Yogur de soja (6)
28 Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19) Abadejo en salsa (4) con lechuga y tomate (12) Pan (1) Melón	29 Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19) Tortilla francesa (3) con lechuga y zanahoria (12) Pan (1) Pera	30 Crema de calabaza Nuggets vegetales (1, 3, 6) con arroz Pan integral (1) Plátano		

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DÍÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES