

*Menú Triturado IN SITU Oct- Nov 2022

Triturado - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentar)

Lunes

10 Puré de Cazuela de Fideos con Choco Patata Dado Eco, Fideos Gruesos, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

17 Puré de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

24 Pasada de Calabaza con Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Ternera Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

31 Pasada de Judías verdes con Bacalao Judia Verde Redonda Eco, Patata Dado Eco, Bacalao Med Porcion 80/90, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Martes

11 Pasada de Calabacín con Ternera Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Ternera Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

18 Pasada de Zanahoria con Magro de Cerdo Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cerdo Dado Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

25 Pasada de Alubias con Huevo Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Alubia Blanca Cocida, Huevo Duro
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

1 Pasada de Calabacín con Pollo Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

FESTIVO

Miércoles

12 Pasada de Garbanzos con Pollo Patata Dado Eco, Pollo Jamoncillo, Zanahoria Dado Eco, Garbanzo Cocido
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

FESTIVO

19 Pasada de Alubias Blancas con Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Alubia Blanca Cocida, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

26 Marmitako de Atún Triturado Patata Dado Eco, Atun Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

2 Pasada de Lentejas con Verduras Patata Dado Eco, Lenteja Cocida, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Jueves

13 Pasada de Verduras con Huevo Patata Dado Eco, Huevo Duro, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

20 Pasada Hortelana con Pavo Pavo Dado, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

27 Pasada de Puchero Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramuslo
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

3 Pasada de Verduras con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Viernes

14 Pasada de Lentejas con Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Lenteja Cocida, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

21 Pasada de Calabaza con Pescado Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Merluza Filete 5/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

28 Pasada de Verduras con Pescado Patata Dado Eco, Merluza Filete 5/p, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

4 Pasada de Verduras con Pescado Patata Dado Eco, Merluza Filete 5/p, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Lunes

10 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + Aves + Frutas

17 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Papas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Frutas

24 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Perejil

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Frutas

31 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Ajochoti, Guisante Eco, Julia Verde Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cabo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Espagueti Sin Gluten Boloñesa Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada Eco

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Frutas

18 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Papas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Frutas

25 Poteje de Alubias Blancas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Frutas

1 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco



Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Pina Yodada

Papas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Frutas

Miércoles

12 Sopa de Verduras con Gerbenzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Papas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Limón, Tomillo

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Frutas

19 Poteje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cabo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Frutas

26 Macarrones Sin Gluten con Tomate y Albahaca Macarrones Sin gluten - Seco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Mermitako de Atún Guisado Patata Dado Eco, Atun Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Frutas

2 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno con Salsa Atomateda Merluza Mincad, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Zanahoria Dado Eco

Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Perejil

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Frutas

Jueves

13 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Frutas

20 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Eschinas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Frutas

27 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Frutas

3 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Espagueti Sin Gluten Boloñesa Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada Eco

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Frutas

Viernes

14 Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med Porcion 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Frutas

21 Macarrones Sin Gluten con Tomate y Orégano Macarrones S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Frutas

28 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Filete S/g, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Yaboi, Rizada, Eschinas, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Frutas

4 Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Seco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Jureles al Horno Encebollados Jurel Filete 60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Sin Gluten Pan S/gluten
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Aves + Lácteo o Frutas

Lunes

10 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Cazuela de Fideas con Choco Zanahoria Dado Eco, Píccos Gruesos, Patata Dado Eco, Píccos

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Arroz + Aves + Fruta

17 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Petates Guisados con Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pesta + Pescado + Fruta

24 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Hamburguesas de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Píccos

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 Arroz Celdoso de Verduras Arroz Vaporizado, Alcachofa, Guisante Eco, Judía Verde Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Espagueti Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Petates Panaderes al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Píccos, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 Potaje de Alubias Blancas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

1 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Petates Panaderes al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Píccos, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 Sopa de Verduras con Gerbenzas Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Petates al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Lino, Tomillo
Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Pesta + Pescado + Lácteo o Fruta

19 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

26 Macarrones con Tomate y Albehece Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Mermitako de Atún Guisado Patata Dado Eco, Atún Tacos, Cebolla Dado Eco, Píccos Rodaja

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Arroz con verduras y picada de ternera Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Ternera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pesta + Pescado + Fruta

Jueves

13 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pesta + Pescado + Fruta

3 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

14 Guiso de Patata y Calabaza Patata Dado Eco, Calabaza Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med Porcion 500g, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral
Fruta de Temporada

Cena: Pesta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Lecitos con Salsa de Tomate y Orégano Fritillo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Filete 5/6, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Jureles al Horno Encabollados Jurel Filete 60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Aves + Lácteo o Fruta

Lunes

10 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Casuela de Fideos con Choco Sin Guisantes Patata Dado Eco, Fideos Gruesos, Patacón, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + AVE + Fruta

17 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Hamburguesa de Ternera e la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Puerillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 **Arroz Caldoso de Verduras Sin Guisantes** Arroz Vaporizado, Judía Verde Redonda Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Espagueti Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno e la Jardinera Sin Guisantes Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Papas Penedreras al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 **Guiso de Patatas y Verduras** Patata Dado Eco, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

1 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Papas Penedreras al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 Sopa de Verduras con Gerbenzas Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Gerbenza Pedrosillano, Cebolla Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno el Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Papas al Horno e la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Linzon, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

19 **Guiso de Patatas y Verduras** Patata Dado Eco, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

28 **Maccarrones con Tomate y Albehece** Maccarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Marmitako de Atún Guisado Patata Dado Eco, Atún Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pandina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

13 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Puchero Patata Dado Eco, Gerbenza Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

14 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Bacalao al Horno e la Rigojena Bacalao Med Porcion 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Etc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pañ integral (harina integral 50%) Pañ Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano Patacón, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Filete 80/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica (Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada)

Pañ integral (harina integral 50%) Pañ Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Cebolla Merluza Filete 5/6, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Mézolum Escarola, Lechuga, Taboal, Rúcula, Espinaca, Achic. Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pañ integral (harina integral 50%) Pañ Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 Espireles con Salsa de Tomate y Queso Rallado Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Jureles al Horno Encabollados Jurel Filete 60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Etc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pañ integral (harina integral 50%) Pañ Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + AVE + Lácteo o Fruta

Lunes

10 **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Cazuela de Fideas con Choco Zanahoria Dado Eco, Pírexo Grueso, Patata Dado Eco, Pírexo

Pan Blanco Pan

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Aves + Fruta

17 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo

Pan Blanco Pan

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24 **Crema de Calabaza** Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Basoalo al Horno con Cebolla Basoalo Med Porcion 80/90, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo

Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Pírexo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

31 **Arroz Celdoso de Verduras** Arroz Vaporizado, Alcachofa, Guisante Eco, Judía Verde Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Martes

11 **Crema de Calabacín** Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Espaguetis Boloñeses Sin Ternera Espagueti, Pollo Picado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

18 **Crema de Zanahoria** Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Patatas Penederas al Vapor Patata Penedera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pírexo, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

25 **Poteje de Alubias Blancas** Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Aves + Fruta

1 **Crema de Calabacín** Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncho, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Patatas Penederas al Vapor Patata Penedera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pírexo, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

Miércoles

12 **Sopa de Verduras con Gerbenzas** Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Gerbenzas Pedrosillano, Cebolla Dado Eco

Muelito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncho, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Pateles al Horno a la Provenzal Patata Penedera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrijo Limón, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19 **Poteje de Alubias Blancas con Calabacín** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Aves + Fruta

26 **Maccarrones con Tomate y Albahaca** Maccarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Mermiteko de Atún Guisado Patata Dado Eco, Atún Tacos, Cebolla Dado Eco, Pírexo Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

2 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pírexo, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

13 **Arroz al Vapor con Salsa de Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 **Crema Hortelana** Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

27 **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Puchero Patata Dado Eco, Gerbenzas Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 **Crema de Verduras** Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñeses Sin Ternera Tallarines, Pollo Picado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Viernes

14 **Lentejas con Verduras Cocidas** Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Basoalo al Horno a la Riojana Basoalo Med Porcion 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pírexo Rojo Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

21 **Lecitos con Salsa de Tomate y Orégano** Fideitas, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Filete 80/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

28 **Arroz al Vapor con Salsa de Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Filete 5/6, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Mézolum Escarola, Lechuga, Taboal, Rúcula, Espinaca, Achic. Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

4 **Espinacas con Tomate** Espinaca, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Jureles al Horno Encebollados Jurel Filete 60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Aves + Fruta

Lunes

10 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Cazuela de Fideos con Pollo Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo, Fideos Gruesos, Patata Dado Eco

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Arroz + AVE + Fruta

17 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pasta + AVE + Fruta

24 Creme de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco
Hamburguesa de Ternera e la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Arroz Pilef Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Puerillo

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Alcachofa, Guisante Eco, Judía Verde Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 Creme de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Creme de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno e la Jardinera Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Patatas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 Poteje de Alubias Blancas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

1 Creme de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Patatas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 Sopa de Verduras con Gerbenzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Patatas al Horno e la Provençal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limón, Tomillo

FESTIVO

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Carne + Lácteo o Fruta

19 Poteje de Alubias Blancas con Calabacín Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

26 Macarrones con Tomate y Albahaca Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Mermitako de Atún Guisado Patata Dado Eco, Atún Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Jardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pasta + AVE + Fruta

Jueves

13 Arroz al Vapor con Salsas de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 Creme Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Esquinacas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 Ensalada de Lechuga, Maíz y Queso Fresco Lechuga Iceberg, Maíz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az
Cena: Pasta + AVE + Fruta

3 Creme de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada
Cena: Ensalada + AVE + Lácteo o Fruta

Viernes

14 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Dedos de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceite Rojo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Lecitos con Salsas de Tomate y Orégano Parfalle, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsas de Adobo Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 Arroz al Vapor con Salsas de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Taisol, Rúcula, Esquinaca, Achi, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 Espirelas con Salsas de Tomate y Queso Rallado Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Jureles al Horno Encabollados Jurel Filete 60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceite Rojo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

Lunes

10 Ensalada de Lechuga, Melz y Queso Fresco
Lechuga Iceberg, Malt Dulce, Queso Fresco, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco

Cezuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado
Eco, Rísico Grueso, Patata Dado Eco, Pech

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Arroz + Avo + Fruta

17 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Melz
y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,
zanahoria), Huevo Duro, Malt Dulce, Aceite Oliva
Virgen Extra Eco
Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco,
Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24 Creme de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata
Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado
Eco
Hamburguesa de Ternera e la Plancha con
Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla
Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Perejil

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado,
Alcachofa, Guisante Eco, Judía Verde Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla
Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 Creme de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra
Eco

Espagueti Boloñesa Espagueti, Tomate
Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 Creme de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata
Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado
Eco

Merluz a la Jardiniere Merluz Minow, Tomate
Frito Eco, Manestra, Cebolla Dado Eco

Petates Panaderes el Vapor Patata Panadera Eco,
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 Potaje de Alubias Blancas Patata Dado Eco,
Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra
Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Avo + Lácteo o Fruta

1 Creme de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra
Eco

Jamoncito de Pollo el Horno Pollo Jamoncito,
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Petates Panaderes el Vapor Patata Panadera Eco,
Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria
Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano,
Cebolla Dado Eco

Muelito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo
Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado
Eco, Cebolla Dado Eco

Petates el Horno o la Provenzal Patata
Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo,
Limon, Tomillo

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

19 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín
Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco,
Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla
Patata/cobo 700g A.o.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate,
Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Avo + Lácteo o Fruta

26 Macarrones con Tomate y Albahaca
Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco,
Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Mermítako de Atún Guisado Patata Dado Eco,
Atun Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Melz
y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,
zanahoria), Huevo Duro, Malt Dulce, Aceite Oliva
Virgen Extra Eco

Lentejas guisadas con Arroz Lentejas Pardas,
Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva
Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

13 Arroz el Vapor con Salsa de Tomate Arroz
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 Creme Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado
Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado,
Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen
Extra Eco

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 Ensalada de Lechuga, Melz y Queso Fresco
Lechuga Iceberg, Malt Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva
Virgen Extra Eco

Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano,
Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pen Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 Creme de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado,
Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pen Blanco Pan

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

14 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado
Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Bacalao el Horno a la Riojana Bacalao Med
Porcion 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco,
Pimiento Rojo Dado Eco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada,
Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,
Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan
Integral

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Lecitos con Salsa de Tomate y Orégano
Parsela, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco

Jureles el Horno en Salsa de Adobo Jurel
Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla
Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria
Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina
Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan
Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 Arroz el Vapor con Salsa de Tomate Arroz
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco

Merluz el Horno en Salsa de Cebolla y
Eneldo Merluz Filete 50g, Cebolla Dado Eco, Vino
Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Ensalada Mézolum Escarola, Lechuga, Taloil,
Rísico, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,
Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan
Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 Espirales con Salsa de Tomate y Queso
Rallado Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco,
Queso Rallado

Jureles el Horno Encabollados Jurel Filete
60/100, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra
Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada,
Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco,
Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen integral (harina integral 50%) Pan
Integral

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Avo + Lácteo o Fruta

Lunes

10 **Ensalada de Lechuga y Queso Fresco** Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Cazuela de Fideos con Choco Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Fideos Gruesos, Guisante Eco, Potos

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Arroz + AVE + Fruta

17 **Ensalada de Lechuga y Huevo cocido** Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas Guisadas con Pollo Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Lentejas, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pesta + Pescado + Fruta

24 **Crema de Calabaza sin Cebolla** Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Hamburguesa de Ternera e la Plancha (Sin Cebolla) Hamburguesa Ternera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Pesejil

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 **Arroz Celdoso de Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria** Arroz Vaporizado, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Espagueti Boloñesa sin Tomate Espagueti, Tomera Picada, Pollo Picado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Albóndigas de Cerdo al Horno Albóndiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Papas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pesejil, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 **Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

1 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Papas Penederas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pesejil, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 **Sopa de Verduras con Gerbenzo Sin Cebolla Sin Zanahoria** Gerbenzo Cocido Eco, Pimiento Rojo, Calabacin, Patata Dado Eco

Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Sin Cebolla Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vino Blanco

Papas al Horno e la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Limon, Tomillo

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pesta + Pescado + Lácteo o Fruta

19 **Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Arroz + AVE + Lácteo o Fruta

26 **Macarrones con Albahaca** Macarrones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Albahaca Fresca, Sal Fina Yodada

Marmitako de Atún Sin Tomate Sin Cebolla Patata Dado Eco, Atun Tacos, Puerto Rodaja, Pimiento Rojo Dado Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 **Ensalada de Lechuga y Huevo cocido** Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas guisadas con Arroz Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pesta + Pescado + Fruta

Jueves

13 **Arroz con Calabacin y Puerto** Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Puerto Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 **Crema Hortelana Sin Cebolla Sin Zanahoria** Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Espinaca

Arroz con Pavo Sin Zanahoria Sin Cebolla Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 **Ensalada de Lechuga y Queso Fresco** Lechuga Iceberg, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Puchero Sin Zanahoria Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramuslo, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pesta + Pescado + Fruta

3 **Crema de Verduras Sin Cebolla Sin Zanahoria** Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tallarines Boloñesa Sin Tomate Tallarines, Pollo Picado, Ternera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

14 **Lentejas con Verduras sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria** Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Bacaleo al Horno e la Riojana Sin Tomate Sin Cebolla Bacalao Mod Porcion 80/90, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lach Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Pesta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 **Lacitos con Orégano** Farfalle, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Orégano

Jureles al Horno en Sals de Adobo Sin Cebolla Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vinagre, Vino Blanco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 **Arroz con Calabaza y Puerto** Arroz Vaporizado, Puerto Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno sin Cebolla Merluza Minced, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tzsoi, Rizada, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 **Espirales con Queso** Espiral, Queso Rallado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Jureles al Horno Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Ensalada Rústica Lach Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pen Blanco Pan
Yogur Natural Yogurt Natural

Cena: Verdura + AVE + Lácteo o Fruta

Lunes

10 **Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Cazuela de Fideos con Choco Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria Patata Dado Eco, Fideos Gruesos, Guisante Eco, Potos

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Avo + Fruta

17 **Ensalada de Lechuga y Huevo cocido** Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas Guisadas con Pollo Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria Lentejas, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24 **Crema de Calabaza sin Cebolla** Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Hamburguesa de Ternera e la Plancha (Sin Cebolla) Hamburguesa Ternera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Pina Yodada

Arroz Pilef Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Pesejil

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

31 **Arroz Caldoso de Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zenhoria** Arroz Vaporizado, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

Martes

11 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Espagueti Boloñesa sin Tomate Espagueti, Ternera Picada, Pollo Picado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

18 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Albóndigas de Cerdo el Horno Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Pina Yodada

Petates Panaderes el Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pesejil, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

25 **Poteje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Avo + Lácteo o Fruta

1 **Crema de Calabacin sin Cebolla** Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Jamoncito de Pollo el Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Petates Panaderes el Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pesejil, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Miércoles

12 **Sopa de Verduras con Garbanzos Sin Cebolla Sin Zenhoria** Garbanzo Cocido Eco, Pimiento Rojo, Calabacin, Patata Dado Eco

Muelito de Pollo el Horno al Ajillo Sin Cebolla Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vino Blanco

FESTIVO

Petates el Horno e la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Limon, Tomillo

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

19 **Poteje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria** Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Arroz + Avo + Lácteo o Fruta

26 **Masarrones con Albahaca** Macarrones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Albahaca Fresca, Sal Pina Yodada

Marmitako de Atun Sin Tomate Sin Cebolla Patata Dado Eco, Atun Tacos, Puerro Rodaja, Pimiento Rojo Dado Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

2 **Ensalada de Lechuga y Huevo cocido** Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas guisadas con Arroz Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

13 **Arroz con Calabacin y Puerro** Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Puerro Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

20 **Crema Hortelana Sin Cebolla Sin Zenhoria** Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo Sin Zenhoria Sin Cebolla Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

27 **Ensalada de Lechuga** Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Puchero Sin Zenhoria Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramuslo, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

3 **Crema de Verduras sin Zenhoria** Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tallarines Boloñesa Sin Tomate Tallarines, Pollo Picado, Ternera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

14 **Lentejas con Verduras sin Tomate Sin Cebolla Sin Zenhoria** Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Bacalao el Horno e la Riojense Sin Tomate Sin Cebolla Bacalao Mod Porcion 80/90, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acalga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

21 **Lacitos con Orégano** Farfalle, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Pina Yodada, Orégano

Jureles el Horno en Salsa de Adobo Sin Cebolla Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vinagre Vino Blanco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

28 **Arroz con Calabaza y Puerro** Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza el Horno sin Cebolla Merluza Mincead, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Pina Yodada

Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tzatziki, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

4 **Espinacas con Aceite y Ajo** Espinac, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Pina Yodada

Jureles el Horno Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Pina Yodada

Ensalada Rústica Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acalga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Pina Yodada

Pen Blanco Pan
 Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

Cena: Verdura + Avo + Lácteo o Fruta