

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>3</p> <p>FESTIVO</p>	<p>4</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>5</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>CINTA DE LOMO EMPANADO 1, 3, 7</p> <p>ENSALADA DE ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1041 Prot:42 Gr: 46 H.c.:114 Calc:2259 Hie:5,1</p>	<p>6</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS</p> <p>Pimiento, cebolla, zanahoria, tomate, ajo y chorizo</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 848 Prot:37 Gr:39 H.c.: 88 Calc:305 Hie:6,5</p>	<p>7</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>CANELONES DE CARNE 1, 3, 7, 8, 12</p> <p>Elaborados en el centro de forma casera</p> <p>RODAJAS DE TOMATE NATURAL</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 901 Prot:25 Gr: 46 H.c.:97 Calc:316 Hie:4,5</p>
<p>10</p> <p>CREMA DE BRÓCOLI CON VIRUTAS DE JAMÓN SERRANO</p> <p>TORTILLA DE PATATA CASERA 3</p> <p>Elaborada en el centro</p> <p>PIMIENTOS ASADOS</p> <p>YOGUR O FRUTA</p> <p>En: 939 Prot:25 Gr: 49 H.c.:68 Calc:273 Hie:3,9</p>	<p>11</p> <p>ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL</p> <p>Hecho en el centro de forma tradicional</p> <p>RAGU DE TERNERA EN SALSA</p> <p>PATATAS PANADERA AL HORNO</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1099 Prot:32 Gr: 53 H.c.:124 Calc:251 Hie:4,4</p>	<p>12</p> <p>ESPAGUETIS CARBONARA 1, 3, 7</p> <p>FILETE DE SAJONIA</p> <p>ENSALADA DE REMOLACHA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1142 Prot:43 Gr: 60 H.c.:107 Calc:342 Hie:5,1</p>	<p>13</p> <p>JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS</p> <p>Pimiento, cebolla, zanahoria, tomate, ajo y chorizo</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO ASADOS</p> <p>ENSALADA DE MAÍZ</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 790 Prot: 34 Gr:38 H.c.:76 Calc:309 Hie:6,2</p>	<p>14</p> <p>PURÉ DE VERDURAS NATURAL</p> <p>CROQUETAS CASERAS Y JAMÓN YORK BRASEADO</p> <p>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En:1157 Prot:36 Gr:57 H.c.:102 Calc:422 Hie:5,1</p>
<p>17</p> <p>MACARRONES INTEGRAL C/ TOMATE 1, 3</p> <p>Hecho en el centro de forma tradicional</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS 12</p> <p>CEBOLLA POCHADA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1056 Prot: 30 Gr: 57 H.c.: 105 Calc:267 Hie: 5,1</p>	<p>18</p> <p>JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS</p> <p>Pimiento, cebolla, zanahoria, tomate, ajo y chorizo</p> <p>POLLO ASADO EN SU JUGO</p> <p>ENSALADA DE MAÍZ</p> <p>NATILLAS 1, 3, 7 O FRUTA</p> <p>En: 782 Prot:34 Gr:38 H.c.:75 Calc: 293 Hie: 5,7</p>	<p>19</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS 3, 6, 7</p> <p>Maíz, jamón york y huevo</p> <p>HAMBURGUESA Casera 1, 3, 12</p> <p>VERDURAS AL HORNO</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1082 Prot: 42 Gr: 49 H.c.:119 Calc:293 Hie:6 4</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>HUEVOS FRITOS 3</p> <p>CON PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En:836 Prot:26 Gr:54 H.c.:61 Calc:504 Hie: 3,3</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS</p> <p>Pimiento, cebolla, zanahoria, tomate, ajo y chorizo</p> <p>LOMO ADOBADO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA COMPLETA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En:937 Prot:43 Gr:48 H.c.:83 Cacl: 315 Hie: 7,1</p>
<p>24</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON TOMATE</p> <p>Crema de verduras para E.I. Y 1º E.P.</p> <p>TORTILLA DE JAMON 3, 6, 7</p> <p>ENSALADA COMPLETA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 784 Prot: 31 Gr: 49 H.c.: 54 Calc:322 Hie:5,1</p>	<p>25</p> <p>SOPA DE COCIDO 1, 3</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>Garbanzos, verdura, ternera, gallina, tocino, chorizo</p> <p>REPOLLO AL AJOARRIERO</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 1048 Prot:41 Gr: 49 H.c.:110 Calc:367 Hie:7,5</p>	<p>26</p> <p>MACARRONES CON TOMATE 1, 3</p> <p>Hecho en el centro de forma tradicional</p> <p>RAGÚ DE PAVO CON PATATAS DADO</p> <p>ENSALADA DE REMOLACHA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En:1019 Prot:40 Gr:47 H.c.:108 Calc:265 Hie:4,5</p>	<p>27</p> <p><u>DIA CULTURAL MEXICANO</u></p> <p>ENSALADA DE AGUACATE (Aguacate, lechuga, tomate, maíz, aceituna negra)</p> <p>FAJITAS INTEGRALES DE POLLO CON PICO DE GALLO (Tomate, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde)</p> <p>ARROZ CON LECHE 7 O FRUTA</p> <p>En: 920 Prot :43 Gr:47 H.c.:76 Calc:270 Hie:4,1</p>	<p>28</p> <p>ENSALADA CAMPERA 3, 4</p> <p>(huevo, atún, tomate, pimiento, cebolla y aceitunas)</p> <p>Patatas estofadas c/verduras E.inf. y 1ºEP</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>En: 923 Prot: 36 Gr: 55 H.c.:72 Calc: 294 Hie: 4,0</p>
<p>31</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN 3</p> <p>ENSALADA COMPLETA</p> <p>HELADO 7 O FRUTA</p> <p>En: 923 Prot: 36 Gr: 55 H.c.: 72 Calc:294 Hie:4,0</p>				

En: energía(Kcal) Pro: proteínas(g) Gr: grasa(g) H.c: hidratos de carbono (g) Cal: calcio(mg) Hie: hierro (mg)

INF. ALÉRGICOS: 1-CEREALES QUE CONTENGAN GLUTEN, 2-CRUSTÁCEOS, 3-HUEVO, 4-PESCADO, 5-CACAHUETES, 6-SOJA, 7-LECHE DE VACA, 8-FRUTOS CÁSCARA, 9-APIO, 10-MOSTAZA, 11-SÉSAMO, 12- ANHÍDRIDO SULFUROSOY SULFITOS, 13- ALTRAMUCES, 14- MOLUSCOS

Servicoen Restauración elabora el menú en las cocinas del Centro de forma casera y tradicional y con producto natural : El tomate, las tortillas, las croquetas, los canelones y lasaña, las albóndigas y hamburguesas (carne burger meat), los purés y cremas, las legumbres, el gazpacho, la ensalada campera, la ensaladilla rusa, las patatas guisadas ... Toda la carne y el pollo es producto fresco, así como las frutas y hortalizas, las patatas son naturales, las pelamos y cortamos en el centro; los empanados y rebozados también son hechos en el centro.