

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1
4 Crema de Calabaza Espirales de Maíz con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta	5 Arroz Integral con Pisto Ternera en Salsa Cazadora Tomate con AOVE Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	6 Crema Vichyssoise Filete de Lomo de Cerdo al Horno Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Arroz Pilaf Salteado Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Yogur Natural Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta
11 Arroz con Calabacín y Sofrito Filete de Lomo de Cerdo al Horno Tomate con AOVE Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta	12 Alubias Blancas Guisadas ECO Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo o Fruta	13 Menestra Salteada Filete de Lomo de Cerdo con Tomate Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Hervido con Tomate Frito Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Zanahorias al Vapor ECO (guarnición) Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta	15
18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta	19 Espirales de Maíz con Tomate Salmón al Vapor en Salsa Tomate con AOVE Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta	20 Alubias Pintas Estofadas Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	21 Arroz con Pisto ECO Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	22 Crema Hortelana ECO Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Yogur Natural Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
25 Potaje de Alubias Blancas ECO Contramuslo de Pollo al Horno Encebollado Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta	26 Crema de Calabacín Macarrones de Maíz con Tomate y Orégano Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta	27 Crema de Zanahoria Pinchito de Pollo Rustido Arroz Pilaf Salteado Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	28 Puchero Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta	29 Arroz Integral a la Campesina Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua Yogur Natural Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

Menú LFT Toledo. Mayo 26 (festivo: 15/5)

Sin Leche y Derivados - Colegio Jose Bárcena (Talavera de la Reina)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1
4 Crema de Calabaza ECO Coditos ECO con Tomate y Huevo Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Fruta	5 Arroz Integral con Pisto Tortilla de Patatas con Calabacín Tomate con AOVE Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	6 Lentejas Estofadas Filete de Lomo de Cerdo al Horno Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Pescado + Fruta	8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Arroz Pilaf Salteado ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de Soja Natural (Alpro) Cena: Pasta + Huevo + Fruta
11 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO Tortilla de Patatas con Cebolla Tomate con AOVE Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	12 Alubias Blancas Guisadas ECO Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	13 Menestra Salteada Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Hervido con Tomate Frito Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Zanahorias al Vapor ECO (guarnición) Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Fruta	15
18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Fruta	19 Espirales Integrales con Tomate ECO Salmón al Vapor en Salsa Tomate con AOVE Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	20 Alubias Pintas Estofadas Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	21 Arroz con Pisto ECO Tortilla de Patatas con Calabacín Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Crema Hortelana ECO Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de Soja Natural (Alpro) Cena: Pasta + Pescado + Fruta
25 Potaje de Alubias Blancas ECO Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	26 Crema de Calabacín ECO Lacitos con Tomate Eco, Orégano y Queso Vegano Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Fruta	27 Crema de Zanahoria Pinchito de Pollo Rustido Arroz Pilaf Salteado ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	28 Puchero ECO Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Fruta	29

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

4 Crema de Calabaza ECO
Coditos ECO con Tomate
 Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Fruta

11 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO
Filete de Lomo de Cerdo al Horno
 Tomate con AOVE
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO
 Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Fruta

25 Potaje de Alubias Blancas ECO
Contramuslo de Pollo al Horno Encebollado
 Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Arroz Integral con Pisto
Ternera en Salsa Cazadora
 Tomate con AOVE
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

12 Alubias Blancas Guisadas ECO
 Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

19 Espirales Integrales con Tomate ECO
 Salmón al Vapor en Salsa
 Tomate con AOVE
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

26 Crema de Calabacín ECO
 Lacitos con Tomate Eco, Orégano y Queso Vegano
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Fruta

6 Lentejas Estofadas
 Filete de Lomo de Cerdo al Horno
 Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

13 Menestra Salteada
 Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate
 Patatas Panaderas al Vapor ECO
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

20 Alubias Pintas Estofadas
 Alitas de Pollo al Vapor Adobadas
 Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Ave + Fruta

27 Crema de Zanahoria
 Pinchito de Pollo Rustido
 Arroz Pilaf Salteado ECO
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO
 Alitas de Pollo al Vapor Adobadas
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

14 Arroz Hervido con Tomate Frito
 Muslito de Pollo al Horno al Ajillo
 Zanahorias al Vapor ECO (guarnición)
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Fruta

21 Arroz con Pisto ECO
Merluza al Horno al Limón
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28 Puchero ECO
 Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña
 Patatas Panaderas al Vapor ECO
 Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Fruta

8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO
 Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo
 Arroz Pilaf Salteado ECO
 Pan Blanco (30 g.) y Agua
Yogur de Soja Natural (Alpro)
Cena: Pasta + Ave + Fruta

15
 Crema Hortelana ECO
 Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur de Soja Natural (Alpro)
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

22
 Arroz Integral a la Campesina
 Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur de Soja Natural (Alpro)
Cena: Patata + Ave + Fruta

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1
<p>4 Crema de Calabaza ECO Coditos ECO con Tomate y Huevo Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>5 Arroz Integral con Pisto Tortilla de Patatas con Calabacín Tomate con AOVE</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>6 Lentejas Estofadas Filete de Lomo de Cerdo al Horno Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Alitas de Pollo al Vapor Adobadas Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo Arroz Pilaf Salteado ECO</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur Natural Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta</p>
<p>11 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO Tortilla de Patatas con Cebolla</p> <p>Tomate con AOVE Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>12 Alubias Blancas Guisadas ECO Pavo al Horno a las Finas Hierbas</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>13 Menestra Salteada Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>14 Arroz Hervido con Tomate Frito Muslito de Pollo al Horno al Ajillo</p> <p>Zanahorias al Vapor ECO (guarnición) Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>15</p>
<p>18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>19 Espirales Integrales con Tomate ECO Salmón al Vapor en Salsa</p> <p>Tomate con AOVE Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>20 Alubias Pintas Estofadas Alitas de Pollo al Vapor Adobadas</p> <p>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>21 Arroz con Pisto ECO Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>22 Crema Hortelana ECO Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30g.) y Agua Yogur Natural Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta</p>
<p>25 Potaje de Alubias Blancas ECO Tortilla de Patatas con Cebolla</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>26 Crema de Calabacín ECO Lacitos con Tomate Eco, Orégano y Queso Vegano</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>27 Crema de Zanahoria Pinchito de Pollo Rustido</p> <p>Arroz Pilaf Salteado ECO Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>28 Puchero ECO Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña Patatas Panaderas al Vapor ECO Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>29 Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30g.) y Agua Yogur Natural Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta</p>

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

4 Crema de Calabaza ECO
Coditos ECO con Tomate y Huevo
Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

11 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO
Tortilla de Patatas con Cebolla
Tomate con AOVE
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO
Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

25 Potaje de Alubias Blancas ECO
Tortilla de Patatas con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

5 Arroz Integral con Pisto
Tortilla de Patatas con Calabacín
Tomate con AOVE

Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

12 Alubias Blancas Guisadas ECO
Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

19 Espirales Integrales con Tomate ECO
Salmón al Vapor en Salsa

Tomate con AOVE
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Patata + Huevo + Lácteo o Fruta

26 Crema de Calabacín ECO
Lacitos con Tomate Eco, Orégano y Queso Vegano
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

6 Lentejas Estofadas
Abadejo al Horno al Limón
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Menestra Salteada
Albóndigas de Merluza con Tomate
Patatas Panaderas al Vapor ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

20 Alubias Pintas Estofadas
Palometa al Vapor en Salsa de Adobo

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Salmón al Horno con Hierbas Aromáticas

Arroz Pilaf Salteado ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO
Dados de Atún al Horno Encebollados
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

14 Arroz Hervido con Tomate Frito
Salmón al Horno al Ajillo
Zanahorias al Vapor ECO (guarnición)
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Arroz con Pisto ECO
Tortilla de Patatas con Calabacín

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

28 Puchero ECO
Hamburguesa de Atún a la Plancha

Patatas Panaderas al Vapor ECO
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO
Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo
Arroz Pilaf Salteado ECO

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

15

22 Crema Hortelana ECO
Dados de Atún al Horno Encebollados

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

29 Arroz Integral a la Campesina
Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

4 Crema de Calabaza ECO
Coditos ECO con Tomate y Huevo
Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

11 Potaje de Lentejas con Calabaza ECO
Tortilla de Patatas con Cebolla
Tomate con AOVE
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Ave + Lácteo o Fruta

18 Garbanzos Estofados con Verduras ECO
Patatas gratinadas con Tomate, Orégano y Queso Vegano

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

25 Potaje de Alubias Blancas ECO
Tortilla de Patatas con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición)
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta

5 Arroz Integral con Pisto
Tortilla de Patatas con Calabacín
Tomate con AOVE

Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

12 Alubias Blancas Guisadas ECO
Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta

19 Espirales Integrales con Tomate ECO
Salmón al Vapor en Salsa

Tomate con AOVE
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta

26 Crema de Calabacín ECO
Lacitos con Tomate Eco, Orégano y Queso Vegano
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta

6 Lentejas Estofadas
Abadejo al Horno al Limón
Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Menestra Salteada
Albóndigas de Merluza con Tomate
Patatas Panaderas al Vapor ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

20 Alubias Pintas Estofadas
Alitas de Pollo al Vapor Adobadas

Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Pinchito de Pollo Rustido

Arroz Pilaf Salteado ECO
Pan Blanco (30 g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

7 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO
Alitas de Pollo al Vapor Adobadas
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

14 Arroz Hervido con Tomate Frito
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo
Zanahorias al Vapor ECO (guarnición)
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

21 Arroz con Pisto ECO
Tortilla de Patatas con Calabacín

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

28 Puchero ECO
Hamburguesa de Pavo a la Plancha con Salsa Rondeña
Patatas Panaderas al Vapor ECO
Pan Integral (30g.) y Agua
Fruta Temporada
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

8 Cazuela de Patatas con Verduras ECO
Salmón al Vapor en Salsa de Cebolla y Eneldo
Arroz Pilaf Salteado ECO

Pan Blanco (30 g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

15 Crema Hortelana ECO
Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

22 Crema Hortelana ECO
Chuleta de Pavo a la Plancha al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

29 Arroz Integral a la Campesina
Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Blanco (30g.) y Agua
Yogur Natural
Cena: Patata + Ave + Lácteo o Fruta