

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Sopa minestrone y lomo en salsa de queso. Fruta</p>	<p>3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Potaje de judías blancas con verduras</p> <p>Huevos cocidos con pisto</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada caprese y rollitos de pescado. Fruta</p>	<p>4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>con brócoli, calabacín y puerro</p> <p>Muslo de pollo asado a la naranja</p> <p>al horno</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Judías verdes encebolladas y tortilla de patata. Fruta</p>	<p>5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>de aver y cerdo con huevo</p> <p>Garbanzos con ropa vieja</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Bastones de boniato especiados y pescado azul al papillote. Fruta</p>
<p>8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Alitas de pollo a la miel</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa juliana y pescado blanco al limón. Fruta</p>	<p>9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Rancho canario</p> <p>con pollo y ternera</p> <p>Filete de merluza a la andaluza</p> <p>rebozado casero</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Brócoli al ajillo y chuleta de pavo al horno. Fruta</p>	<p>10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Arroz primavera</p> <p>con hortalizas, guisantes y jamón cocido</p> <p>Hamburguesa al horno con pisto asado</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Wok de verduras y pescado azul al curry. Fruta</p>	<p>11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Lentejas juliana</p> <p>con hortalizas</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Pipirrana y muslo de pollo asado- Fruta</p>	<p>12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Macarrones gratinados con salsa boloñesa</p> <p>con carne picada de cerdo, tomate y queso</p> <p>Filete de fogueño al tomillo y romero</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Crema de berenjena y huevos al plato. Fruta</p>
<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Longanizas rustidas con patatas fritas</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa de ave y pescado guisado. Fruta</p>	<p>16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Espaguetis a la crema</p> <p>Magro con tomate</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Guisantes salteados con jamón y tortilla de patata y cebolla. Fruta</p>	<p>17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Crema de guisantes y manzana</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Pipirrana y muslo de pollo asado- Fruta</p>	<p>18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo</p> <p>Filete de merluza en salsa de puerros</p> <p>al horno</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Champiñones al ajillo y gulash de pavo. Fruta</p>	<p>19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Sopa de ave con letras</p> <p>de aver y cerdo con huevo</p> <p>Jamoncitos de pollo en pepitoria</p> <p>al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Crema de berenjena y huevos al plato. Fruta</p>
<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Lentejas estofadas con arroz</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Tomate a la provenzal y pavo asado. Fruta</p>	<p>23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Crema parmentier</p> <p>de patata y puerro</p> <p>Pizza irco</p> <p>con jamón cocido, tomate y queso</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Tumbet mallorquín y boquerón en tempura. Fruta</p>	<p>24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Cassoulet de garbanzos con hortalizas</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa de ave y pescado blanco a la mediterránea. Fruta</p>	<p>25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Espirales al ajillo</p> <p>con especias, cebolla y perejil</p> <p>Albóndigas a la cazadora</p> <p>con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Crema de zanahoria y pescado blanco al pil pil. Fruta</p>	<p>26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Arroz caldoso con magro</p> <p>Fogueño en salsa de tomate y pimiento</p> <p>al horno</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Calabaza especiada y rollito de ternera. Fruta</p>
<p>29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Macarrones a la italiana</p> <p>con tomate y queso</p> <p>Filete de merluza en salsa de zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Crema de espinacas y magro en salsa de hortalizas. Fruta</p>	<p>30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Alubias de la huerta</p> <p>con hortalizas</p> <p>Revuelto de huevo con queso y calabacín</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Brócoli paraíso y muslo de pollo rustido. Fruta</p>			<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo a la miel Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Varitas de merluza Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Garbanzos con ropa vieja SIN CERDO Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo a la miel Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas Hamburguesa de ave al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones con salsa de tomate salteados con pollo con queso Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Longanizas de ave rustidas con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis a la crema Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Varitas de merluza Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Pizza de atún con tomate y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Albóndigas de ave a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con hortalizas Fogueño en salsa de tomate y pimienta al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo rustidas Fruta permitida	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Varitas de merluza Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta permitida	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado al horno Fruta permitida	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo rustidas Fruta permitida	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta permitida	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla de patata Fruta permitida	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones con salsa de tomate salteados con pollo Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta permitida	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes Tortilla de queso Fruta permitida	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta permitida	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta permitida	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta permitida	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta permitida	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogueño en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta permitida	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones con salsa de tomate salteados con pollo Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogueño en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Guiso de patatas con hortalizas Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Guiso de patatas con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones "sin gluten" salteados con pollo y salsa de tomate Filete de fogonero al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis "sin gluten" salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de verduras Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Guiso de patatas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Guiso de patatas con hortalizas Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Verduras salteadas con arroz Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogonero en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Guiso de patatas con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones "sin gluten" salteados con pollo y salsa de tomate Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis "sin gluten" salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Guiso de patatas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Guiso de patatas con hortalizas Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Pizza "sin gluten" de tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogueño en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Alitas de pollo rustidas</p> <p>Fruta</p>	<p>2</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza rebozada casera</p> <p>con harina de maíz</p> <p>Yogur</p>	<p>3</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Potaje de judías blancas con verduras</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con pisto</p> <p>Fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>con brócoli, calabacín y puerro</p> <p>Muslo de pollo asado a la naranja</p> <p>al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Magro guisado</p> <p>Yogur</p>
<p>8</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Alitas de pollo rustidas</p> <p>Fruta</p>	<p>9</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Garbanzos con hortalizas</p> <p>Filete de merluza a la andaluza</p> <p>rebozado casero con harina de maíz</p> <p>Yogur</p>	<p>10</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Arroz con hortalizas y jamón serrano</p> <p>Lomo al horno con pisto asado</p> <p>Fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Lentejas juliana</p> <p>con hortalizas</p> <p>Pechuga de pollo con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Macarrones "sin gluten" salteados con pollo y salsa de tomate</p> <p>Filete de fogueño al tomillo y romero</p> <p>Yogur</p>
<p>15</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Lomo rustido con patatas fritas</p> <p>Fruta</p>	<p>16</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Espaguetis "sin gluten" salteados con salsa de tomate y hortalizas</p> <p>Magro con tomate</p> <p>Yogur</p>	<p>17</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Crema de guisantes y manzana</p> <p>Pechuga de pollo con queso</p> <p>Fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Lentejas estofadas con hortalizas</p> <p>Filete de merluza en salsa de puerros</p> <p>al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Jamoncitos de pollo en pepitoria</p> <p>al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Yogur</p>
<p>22</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Lentejas estofadas con arroz</p> <p>Filete de merluza rebozada casera</p> <p>con harina de maíz</p> <p>Fruta</p>	<p>23</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Crema parmentier</p> <p>de patata y puerro</p> <p>Panini casero con tomate, jamón serrano y queso</p> <p>Yogur</p>	<p>24</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Cassoulet de garbanzos con hortalizas</p> <p>Lomo al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>25</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Macarrones "sin gluten" al ajillo</p> <p>con especias, cebolla y perejil</p> <p>Pollo a la cazadora</p> <p>con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>	<p>26</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Arroz caldoso con magro</p> <p>Fogueño en salsa de tomate y pimienta</p> <p>al horno</p> <p>Yogur</p>
<p>29</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Macarrones "sin gluten" a la italiana</p> <p>con tomate y queso</p> <p>Filete de merluza en salsa de zanahoria</p> <p>Fruta</p>	<p>30</p> <p>Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Alubias de la huerta</p> <p>con hortalizas</p> <p>Pechuga de pollo con calabacín salteado</p> <p>Yogur</p>			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Postre de soja	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Postre de soja
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Postre de soja	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones con salsa de tomate salteados con pollo Filete de fogonero al tomillo y romero Postre de soja
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Postre de soja	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla francesa Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Postre de soja
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Panini casero con tomate y jamón SIN QUESO Postre de soja	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogonero en salsa de tomate y pimiento al horno Postre de soja
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate (SIN QUESO) Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con calabacín Postre de soja			



ABRIL 2024

ALERGIA/INTOLERANCIA MARISCO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada <small>con brócoli, calabacín y puerro</small> Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana <small>con hortalizas</small> Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones salteados con pollo y salsa de tomate Muslo de pollo al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Magro en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier <small>de patata y puerro</small> Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo <small>con especias, cebolla y perejil</small> Pollo a la cazadora <small>con salsa de hortalizas</small> Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Lomo en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana <small>con tomate y queso</small> Pechuga de pollo en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta <small>con hortalizas</small> Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada <small>con brócoli, calabacín y puerro</small> Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana <small>con hortalizas</small> Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones salteados con pollo y salsa de tomate Muslo de pollo al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Magro en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Pechuga de pollo rebozada casera <small>con harina de maíz</small> Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier <small>de patata y puerro</small> Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo <small>con especias, cebolla y perejil</small> Pollo a la cazadora <small>con salsa de hortalizas</small> Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Lomo en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana <small>con tomate y queso</small> Pechuga de pollo en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta <small>con hortalizas</small> Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos Magro guisado Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de zanahoria Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Garbanzos con hortalizas Filete de merluza a la andaluza rebozado casero con harina de maíz Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz con hortalizas y jamón serrano Lomo al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla de patata Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones con salsa de tomate salteados con pollo Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Lomo rustido con patatas fritas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis salteados con salsa de tomate y hortalizas Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con hortalizas Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Crema parmentier de patata y puerro Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Pollo a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogueño en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo rustidas Fruta	2 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Arroz con salsa de tomate Varitas de merluza Yogur	3 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Potaje de judías blancas con verduras Huevos cocidos con pisto Fruta	4 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Crema de verduras de temporada con brócoli, calabacín y puerro Muslo de pollo asado a la naranja al horno Fruta	5 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con fideos de aver y cerdo con huevo Garbanzos con ropa vieja Yogur
8 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabaza Alitas de pollo rustidas Fruta	9 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Rancho canario con pollo y ternera Filete de merluza a la andaluza rebozado casero Yogur	10 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Arroz primavera con hortalizas, guisantes y jamón cocido Hamburguesa al horno con pisto asado Fruta	11 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas juliana con hortalizas Tortilla francesa Fruta	12 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Macarrones gratinados con salsa boloñesa con carne picada de cerdo, tomate y queso Filete de fogueño al tomillo y romero Yogur
15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Paella de verduras Longanizas rustidas Fruta	16 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Espaguetis a la crema Magro con tomate Yogur	17 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Crema de guisantes y manzana Tortilla de queso Fruta	18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Lentejas estofadas con chorizo Filete de merluza en salsa de puerros al horno Fruta	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Sopa de ave con letras de aver y cerdo con huevo Jamoncitos de pollo en pepitoria al horno con salsa de hortalizas Yogur
22 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Lentejas estofadas con arroz Varitas de merluza Fruta	23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Verduras asadas Pizza irco con jamón cocido, tomate y queso Yogur	24 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Cassoulet de garbanzos con hortalizas Tortilla de calabacín SIN PATATA Fruta	25 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Espirales al ajillo con especias, cebolla y perejil Albóndigas a la cazadora con salsa de hortalizas Fruta	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz Arroz caldoso con magro Fogueño en salsa de tomate y pimiento al horno Yogur
29 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Macarrones a la italiana con tomate y queso Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta	30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas Alubias de la huerta con hortalizas Revuelto de huevo con queso y calabacín Yogur			<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>

