



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>4 Potaje de Garbanzos con Calabacín Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco</p> <p>Tortilla de Patata Sin Cebolla Tortilla Patata Sin Cebolla</p> <p>Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 623 Lip: 21,77 Prot: 19,06 HC: 88,77 AGS: 4,18 Azu: 27,87 Sal: 1,10</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>5 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco</p> <p>Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Comino Molido</p> <p>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Peregil, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 597 Lip: 23,11 Prot: 18,55 HC: 80,92 AGS: 2,79 Azu: 16,00 Sal: 1,39</p> <p>Cena: Ensalada + Pescado + Fruta</p>	<p>6 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Atún Ensalada 4 Estaciones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce, Atun Bolsa</p> <p>Lentejas con Chorizo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Yogur Yogur Sabor</p> <p>Kcal: 579 Lip: 22,08 Prot: 23,60 HC: 73,93 AGS: 3,20 Azu: 3,57 Sal: 1,48</p> <p>Cena: Pasta + Huevo + Lácteo</p>	<p>7 Crema Hortelana Patata Dado, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco</p> <p>Arroz con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 632 Lip: 22,08 Prot: 19,34 HC: 91,53 AGS: 3,35 Azu: 11,28 Sal: 1,20</p> <p>Cena: Ensalada + Pescado + Fruta</p>	<p>8 Macarrones con Tomate y Albahaca Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Salmón al Horno al Limón Salmon, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon</p> <p>Ensalada 4 Estaciones Ensalada 4 Estaciones, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Integral 50g. Pan Integral Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 599 Lip: 21,17 Prot: 26,15 HC: 75,66 AGS: 3,43 Azu: 14,14 Sal: 1,95</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>
<p>11 Crema de Verduras Patata Dado, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco</p> <p>Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Fina Yodada</p> <p>Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Peregil Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 608 Lip: 23,46 Prot: 24,55 HC: 73,36 AGS: 4,06 Azu: 12,85 Sal: 1,90</p> <p>Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Tomate Triturado</p> <p>Tortilla Francesa Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 520 Lip: 22,55 Prot: 18,96 HC: 60,85 AGS: 3,82 Azu: 13,68 Sal: 1,39</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Lácteo</p>	<p>13 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Queso fresco Ensalada 4 Estaciones, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce</p> <p>Cazuela de Fideos con Choco Patata Dado, Fideos Gruesos, Guisante Eco, Zanahoria Dado Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 624 Lip: 22,76 Prot: 19,81 HC: 87,19 AGS: 4,78 Azu: 25,61 Sal: 1,45</p> <p>Cena: Pasta + Huevo + Fruta</p>	<p>14 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Espaguetis Boloñesa Espaguetti, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 626 Lip: 19,09 Prot: 19,32 HC: 94,65 AGS: 2,97 Azu: 16,45 Sal: 1,70</p> <p>Cena: Ensalada + Pescado + Fruta</p>	<p>15 Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Abadejo a las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Peregil, Oregano</p> <p>Ensalada Campestre Ensalada Campestre, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Integral 50g. Pan Integral Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 603 Lip: 23,17 Prot: 23,13 HC: 80,59 AGS: 3,41 Azu: 11,51 Sal: 2,09</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>18 Sopa de Picadillo Patata Dado Eco, Fideos N°0 Fino, Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata y Calabacín</p> <p>Ensalada Primavera Ensalada Primavera, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 610 Lip: 20,54 Prot: 19,91 HC: 89,28 AGS: 3,51 Azu: 23,62 Sal: 1,08</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Lácteo</p>	<p>19 Crema de Calabaza Calabaza Dado, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco</p> <p>Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Peregil, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 595 Lip: 24,45 Prot: 23,93 HC: 74,42 AGS: 4,86 Azu: 13,88 Sal: 1,81</p> <p>Cena: Ensalada + Huevo + Fruta</p>	<p>20 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maíz Ensalada 4 Estaciones, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre</p> <p>Alubias con Chorizo Patata Dado Eco, Alubia Great Nort Extra, Chorizo, Zanahoria Dado Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Yogur Yogur Sabor</p> <p>Kcal: 596 Lip: 25,62 Prot: 22,89 HC: 70,79 AGS: 4,36 Azu: 3,52 Sal: 1,74</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>21 Cazuela de Patatas con Bacalao Patata Dado Eco, Bacalao Taquitos, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Coditos con Tomate y Queso Tiburon, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Queso Rallado</p> <p>Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 661 Lip: 20,50 Prot: 24,05 HC: 94,63 AGS: 4,20 Azu: 15,39 Sal: 2,10</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo</p>	<p>22 Garbanzos con Arroz Garbanzo Pedrosillano, Arroz Vaporizado, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco</p> <p>Marrajo al Horno En Salsa Atomatada Marrajo Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado, Cebolla Dado Eco</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Pan Integral 50g. Pan Integral Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 604 Lip: 25,82 Prot: 22,73 HC: 74,18 AGS: 3,70 Azu: 17,73 Sal: 1,56</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>25 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco</p> <p>Arroz con Tomate y Pollo Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado</p> <p>Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 625 Lip: 19,75 Prot: 19,35 HC: 95,74 AGS: 3,29 Azu: 14,71 Sal: 1,64</p> <p>Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo</p>	<p>26 Lentejas con Verduras Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Tortilla Francesa Tortilla Francesa</p> <p>Tomate Natural Tomate, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 596 Lip: 22,62 Prot: 20,17 HC: 80,03 AGS: 3,91 Azu: 25,36 Sal: 1,40</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>27 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Atún Ensalada 4 Estaciones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce, Atun Bolsa</p> <p>Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Zanahoria Dado Eco</p> <p>Pan 50g. Pan Yogur Yogur Sabor</p> <p>Kcal: 587 Lip: 22,95 Prot: 22,75 HC: 74,79 AGS: 2,91 Azu: 5,33 Sal: 1,28</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Lácteo</p>	<p>28 Crema Hortelana Patata Dado, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco</p> <p>Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Comino Molido</p> <p>Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Peregil Pan 50g. Pan Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 629 Lip: 26,90 Prot: 17,50 HC: 81,07 AGS: 3,35 Azu: 14,90 Sal: 1,34</p> <p>Cena: Ensalada + Huevo + Fruta</p>	<p>29 Lacitos con Tomate y Orégano Farfalle, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco</p> <p>Merluza al Horno con Limón Merluza Minceo Porc 80/90, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon</p> <p>Ensalada 4 Estaciones Ensalada 4 Estaciones, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Integral 50g. Pan Integral Fruta Temporada</p> <p>Kcal: 595 Lip: 22,45 Prot: 25,29 HC: 74,03 AGS: 3,37 Azu: 13,65 Sal: 1,95</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>

La fruta corresponderá habitualmente a: mandarina, manzana, naranja, pera, kiwi y plátano.

Disponemos de información sobre alergias e intolerancias alimentarias (R.E. 1169/2011). Solicítela a nuestro personal.

Informamos a nuestros usuarios que no utilizamos materias primas o alimentos que contengan aditivos potenciadores del sabor.

¡Recuerda: comer de todo, 5 veces al día, beber agua, lavarte las manos antes y los dientes después! Y hacer ejercicio con actividades cotidianas como: caminar, pasear, subir y bajar escaleras, desplazarse en bicicleta, patines o monopatín, ayudar en tareas domésticas.