



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, G, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones con tomate G, H Filete de lomo de atún con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Guisantes con jamón Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo asado con boniato Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y queso G, P, L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Judías verdes con tomate Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Brócoli con jamón Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con bacón G, L Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, G, Sv Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo....) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con ensalada de tomate y queso G, L, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria, chorizo...) Su Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas G, P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Caracolas a la boloñesa G, H Varitas vegetales (maíz, brocoli, zanahoria...) con lechuga, escarola, rucula y queso G, L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (jamón, maíz) L Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, G, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones de maíz con tomate Filete de lomo de atún con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Lomo a la plancha, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Guisantes con jamón Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Filete de ternera con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y zanahoria G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y queso G, P, L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Judías verdes con tomate Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Brócoli rehogado Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones de maíz con bacón L Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, G Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo....) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, maíz) L Filete de merluza con ensalada de tomate y queso G, L, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Filete de ternera con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria, chorizo...) Su Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas G, P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Pollo asado con boniato Sv Varitas vegetales (maíz, brocoli, zanahoria...) con lechuga, escarola, rucula y queso G, L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de ternera con lechuga, escarola, tomate y zanahoria Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones con tomate G, H Filete de pollo con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, L, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de lomo con lechuga, escarola, brotes y maíz Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Guisantes con jamón Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, hoja de roble y tomate H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo asado con boniato Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de ternera lechuga, escarola, espinacas y queso L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Judías verdes con tomate Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Brócoli rehogado Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con bacón G, L Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos y tomate G, Sv Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de pollo con ensalada de tomate y queso G Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria, chorizo...) Su Filete de ternera con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Caracolas a la boloñesa G, H Varitas vegetales (maíz, brocoli, zanahoria...) con lechuga, escarola, rucula y queso G, L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (tortilla, maíz) H Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, G, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones con tomate G, H Filete de lomo de atún con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Yogur de soja LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Guisantes con jamón Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo asado con boniato Sv Yogur de soja LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y tomate G, P, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Judías verdes con tomate Filtete de ternera con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Brócoli rehogado Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con tomate G, H Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, G Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur de soja LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo....) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (tortilla, maíz) H Filete de merluza con ensalada de tomate y tomate G, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur de soja LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria, chorizo...) Su Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceirtunas G, P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Caracolas a la boloñesa G, H Varitas vegetales (maíz, brocoli, zanahoria...) con lechuga, escarola, rucula y atún G, P, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones de maíz con tomate Filete de lomo de atún con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, L, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz P, Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Guisantes con jamón Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y queso P, L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Brócoli rehogado Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con bacón G, L Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, Sv Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo....) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con ensalada de tomate y queso L, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria, chorizo...) Su Filete de bacaladilla con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	30 Macarrones de maíz a la boloñesa Filete de pollo con lechuga, escarola, rucula y queso L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo en salsa y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, G, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones con tomate G, H Filete de lenguado con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) * Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, L, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Crema de verduras (calabacín, zanahoria, guisantes, puerro...) Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate * Tortilla francesa con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo en salsa con boniato Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) * Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y queso G, P, L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Crema de verduras (calabacín, zanahoria, judías verdes...) Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Puré de verduras Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con bacón G, L Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, G Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) * Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con ensalada de tomate y queso G, L, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) * Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas con pollo (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Su Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas G, P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Caracolas a la boloñesa G, H Filete de pollo con lechuga, escarola, rucula y queso G, L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO

S
SOJA

P
PESCADO

MZ
MOSTAZA

MC
MOLUSCOS

L
LÁCTEOS

H
HUEVO

SE
SÉSAMO

G
GLUTEN

FS
FRUTOS SECOS

SV
SULFITOS

C
CRUSTÁCEOS

CA
CACAHUETE

A
APIO

AL
ALTRAMUCES

* Se dará puré al niño que lo necesite o requiera.



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 Crema de verduras (acelgas, puerro, zanahoria...) Su Pollo asado con limón y arroz blanco Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con lechuga, escarola, tomate y zanahoria P, G, Sv Pera LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
5 Macarrones con tomate G, H Filete de lenguado con lechuga, rucula, brotes tiernos y zanahoria P, G, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 93 KCAL 662	6 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) F il e . Tortilla francesa, lechuga hoja de roble, escarola, canónigos y tomate H, L, Sv Sandía LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	7 Patatas con costillas Su Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	8 Crema de verduras (calabacín, zanahoria, guisantes, puerro...) Hamburguesa de ternera con tomate casero y arroz blanco Pera LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704
12 DÍA FESTIVO	13 Arroz con tomate Tortilla francesa con lechuga, escarola, hoja de roble y atún P, H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	14 Crema de verduras (acelgas, puerro, calabacín...) Pollo en salsa con boniato Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	15 Lentejas con verduras y chorizo (zanahoria, puerro, pimiento rojo...) Filete de merluza lechuga, escarola, espinacas y queso G, P, L, Sv Kiwi LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	16 Crema de verduras (calabacín, zanahoria, judías verdes...) Croquetas de jamón con lechuga, escarola, hoja de roble y maíz G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679
19 Crema de verduras (calabacín, zanahoria, brocoli, cebolla...) Albóndigas con verduras (zanahoria, calabaza, tomate...) y arroz blanco G Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	20 Macarrones con tomate G, L Filete de bacaladilla con lechuga, escarola, canónigos y tomate P, G Melocotón en almíbar LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	22 Crema de calabaza y zanahoria Su Filete de pollo con lechuga, canónigos, brotes tiernos y maíz G, Su Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	23 Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) Filete de palometa con lechuga, hoja de roble, escarola y zanahoria G, P, Sv Piña LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665
26 Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) H, L Filete de merluza con ensalada de tomate y queso G, L, P Pera LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de lomo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria G, Sv Mandarina LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673	28 Crema de calabacín Su Tortilla de patata con lechuga, canonigos, brotes tiernos y maíz H, Sv Yogur L LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	29 Patatas a la riojana (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Su Filete de lenguadina con lechuga hoja de roble, espinacas baby, tomate y aceitunas G, P, Sv Manzana LI 22g PR 24g HC 96 KCAL 678	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Caracolas a la boloñesa G, H Varitas vegetales (maíz, brocoli, zanahoria...) con lechuga, escarola, rucula y queso G, L, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO