

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

5 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de York Tortilla Francesa Jam Coc

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 723 **Lip:** 28,13 **Prot:** 36,96 **HC:** 84,87 **AGS:** 8,64 **Azu:** 17,42 **Sal:** 2,13

Cena: Patata + Ave + Fruta

12 Pasta con Chorizo Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Chorizo Fresco
Caballa en Aceite Caballa Aceite

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 854 **Lip:** 39,40 **Prot:** 37,93 **HC:** 89,13 **AGS:** 9,34 **Azu:** 24,13 **Sal:** 3,83

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

19 Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 684 **Lip:** 24,12 **Prot:** 29,80 **HC:** 88,48 **AGS:** 7,99 **Azu:** 24,32 **Sal:** 3,53

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

26 Coliflor Rehogada Coliflor, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Pimenton Dulce

Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Yogur Yogur Natural

Kcal: 629 **Lip:** 27,01 **Prot:** 25,08 **HC:** 74,24 **AGS:** 7,17 **Azu:** 31,58 **Sal:** 3,29

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

6 Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, Menestra, Tomate Frito

Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 779 **Lip:** 29,88 **Prot:** 39,03 **HC:** 92,03 **AGS:** 7,59 **Azu:** 20,63 **Sal:** 2,88

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

13 Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 686 **Lip:** 25,16 **Prot:** 34,12 **HC:** 84,06 **AGS:** 8,16 **Azu:** 19,59 **Sal:** 2,27

Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 743 **Lip:** 26,11 **Prot:** 45,23 **HC:** 85,30 **AGS:** 7,12 **Azu:** 18,36 **Sal:** 3,63

Cena: Pasta + Ave + Fruta

27 Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar

Salmón al Horno Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 821 **Lip:** 33,06 **Prot:** 42,91 **HC:** 89,31 **AGS:** 8,54 **Azu:** 25,26 **Sal:** 4,60

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

7 Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°

Filete de Pavo al Horno Pechuga Pavo Adobo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 637 **Lip:** 19,74 **Prot:** 31,21 **HC:** 85,12 **AGS:** 6,20 **Azu:** 18,47 **Sal:** 2,55

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

14 Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin

Lomo Asado Lomo Adobado Fiambre, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 661 **Lip:** 24,00 **Prot:** 39,64 **HC:** 74,06 **AGS:** 7,65 **Azu:** 22,60 **Sal:** 2,25

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

21 Menestra Rehogada Menestra, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Magro con Tomate Cerdo Magro, Tomate Triturado, Cebolla, Tomate Frito

Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Integral Pan Integral

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Yogur Yogur Natural

Kcal: 600 **Lip:** 23,77 **Prot:** 31,17 **HC:** 64,92 **AGS:** 5,48 **Azu:** 32,57 **Sal:** 3,03

Cena: Patata + Pescado + Fruta

28 Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°

Tortilla Francesa con Queso Tortilla Francesa, Queso Barra

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Integral Pan Integral

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 756 **Lip:** 27,74 **Prot:** 37,28 **HC:** 93,38 **AGS:** 9,65 **Azu:** 18,65 **Sal:** 2,51

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Jueves

1



FESTIVO

8

Sopa de Picadillo Fideos Entrefino, Pollo Eviscerado, Codillo Jamon, Pollo Carcasa

Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 650 **Lip:** 19,53 **Prot:** 39,76 **HC:** 80,70 **AGS:** 6,12 **Azu:** 30,30 **Sal:** 4,51

Cena: Patata + Carne + Fruta

15 Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito

Halibut a la Andaluza Halibut Filete, Harina, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Yogur Yogur Natural

Kcal: 785 **Lip:** 25,80 **Prot:** 41,36 **HC:** 101,47 **AGS:** 4,84 **Azu:** 22,90 **Sal:** 3,02

Cena: Patata + Huevo + Fruta

22 Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Alcachofa, Tomate Dado

Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco

Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 819 **Lip:** 26,72 **Prot:** 50,79 **HC:** 97,85 **AGS:** 8,62 **Azu:** 27,11 **Sal:** 2,56

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

29 Patatas a la Riojana Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado

Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 664 **Lip:** 28,98 **Prot:** 32,85 **HC:** 70,30 **AGS:** 8,53 **Azu:** 19,02 **Sal:** 4,60

Cena: Pasta + Carne + Fruta

2



FESTIVO

9

Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Yogur Yogur Natural

Kcal: 749 **Lip:** 26,30 **Prot:** 26,03 **HC:** 104,64 **AGS:** 4,94 **Azu:** 31,04 **Sal:** 12,00

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

16 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada

Cocido Completo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 768 **Lip:** 29,74 **Prot:** 33,16 **HC:** 95,71 **AGS:** 10,42 **Azu:** 19,88 **Sal:** 2,71

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

23 Garbanzos Estofados Garbanzo Pedrosillano, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria

Pescadito Enharinado Pescadito Enharinado, Aceite Girasol

Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 828 **Lip:** 31,71 **Prot:** 36,83 **HC:** 102,76 **AGS:** 8,13 **Azu:** 19,78 **Sal:** 2,67

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

30 Sopa de Cocido Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada

Cocido Completo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon

Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°

Pan Pan

Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja

Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera

Kcal: 768 **Lip:** 29,74 **Prot:** 33,16 **HC:** 95,71 **AGS:** 10,42 **Azu:** 19,88 **Sal:** 2,71

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

- 5** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla de York Tortilla Francesa Jam Coc
- Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Patata + Huevo + Fruta
- 12** **Pasta con Chorizo** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Chorizo Fresco
Caballa en Aceite Caballa Aceite
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 19** **Pasta con Atún** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 26** **Coliflor Rehogada** Coliflor, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Pimenton Dulce
- Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate** Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

- 6** **Arroz con Verduras** Arroz Vaporizado, Cebolla, Menestra, Tomate Frito
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta
- 13** **Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Ave + Fruta
- 20** **Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Ave + Fruta
- 27** **Pasta con Tomate** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
- Salmon al Horno** Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 7** **Crema de Calabaza** Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Filete de Pavo al Horno Pechuga Pavo Adobo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo
- 14** **Crema de Verduras** Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Lomo Asado Lomo Adobado Fiambre, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vино Blanco
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Integral** Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo
- 21** **Menestra Rehogada** Menestra, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Magro con Tomate Cerdo Magro, Tomate Triturado, Cebolla, Tomate Frito
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Integral** Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Pescado + Fruta
- 28** **Judías Pintas con Arroz** Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
- Tortilla Francesa con Queso** Tortilla Francesa, Queso Barra
- Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Ave + Fruta

Jueves

1



- 8** **Sopa de Picadillo** Fideos Entrefino, Pollo Eviscerado, Codillo Jamon, Pollo Carcasa
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Patata + Carne + Fruta
- 15** **Arroz Campesina** Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Halibut a la Andaluza Halibut Filete, Harina, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
- Pan** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta
- 22** **Arroz a Banda** Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Pollo Asado Pollo Jamonico, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vино Blanco
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
- Pan** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Huevo + Fruta
- 29** **Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado
- Merluza al Horno** Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Carne + Fruta

Viernes

2



- 9** **Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Jamón Croqueta Jamon, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Verdura + Pescado + Fruta
- 16** **Sopa de Cocido** Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada
Cocido Completo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
Repollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
- Pan** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta
- 23** **Garbanzos Estofados** Garbanzo Pedrosillano, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Pescadito Enharinado Pescadito Enharinado, Aceite Girasol
Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maíz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Ave + Lácteo
- 30** **Sopa de Cocido (pasta S/hvo)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada
Cocido Completo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon
- Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°
- Pan** Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Reglamento 1169/2011. La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Cento. Para cualquier consulta al respecto consulte con nuestro personal.

Lunes

- 5** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Ave + Fruta
- 12** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Caballa en Aceite Caballa Aceite
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 19** Pasta con Atún Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Lácteo
- 26** Coliflor Rehogada Coliflor, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Pimenton Dulce
Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate Frankfurt Pavo, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta

Martes

- 6** Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Cebolla, Menestra, Tomate Frito
Palometa al Horno Palometa Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Carne + Lácteo
- 13** Judías Blancas Estofadas Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Ave + Fruta
- 20** Lentejas Estofadas Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola
Limanda al Horno Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Iceberg Cortada, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Ave + Fruta
- 27** Pasta con Tomate Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar
Salmón al Horno Salmon Lomo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Lechuga y Cebolla Lechuga Iceberg Cortada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 7** Crema de Calabaza Patata Pelada, Calabaza, Calabaza Dado, Aceite Oliva 0,4°
Filete de Pavo al Horno Pechuga Pavo Adobo, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Arroz Pilaf Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada
Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo
- 14** Crema de Verduras Patata Pelada, Puerro, Zanahoria, Calabacin
Nuggets de Pescado Nugget Pescado, , Aceite Girasol
Patatas Revolconas Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo
- 21** Menestra Rehogada Menestra, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
Hamburguesa de Ternera con Tomate Hamburguesa Vacuno, Tomate Triturado, Tomate Frito, Aceite Girasol
Patatas Panadera Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Pescado + Fruta
- 28** Judías Pintas con Arroz Alubia Pinta, Cebolla, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°
Tortilla Francesa con Queso Tortilla Francesa, Queso Barra
- Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Integral Pan Integral
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Ave + Fruta

Jueves

- 1**  **FESTIVO**
- 8** Sopa de Fideos Fideos Entrefino, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde Dado
Bacalao con Tomate Bacalao Filete, Tomate Triturado, Tomate Frito, Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Carne + Fruta
- 15** Arroz Campesina Arroz Vaporizado, Cebolla, Alcachofa, Tomate Frito
Halibut a la Andaluza Halibut Filete, Harina, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Iceberg Cortada, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
- Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta
- 22** Arroz a Banda Arroz Vaporizado, Merluza Filete, Cebolla, Pimiento Rojo Dado
Pollo Asado Pollo Jamoncito, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vino Blanco
- Zanahorias al Ajillo Zanahoria Dado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra
- Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Verdura + Huevo + Fruta
- 29** Patatas Estofadas Patata Pelada, Cebolla, Pimiento Rojo Dado, Pimiento Verde Dado
Merluza al Horno Merluza Medallon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Ensalada de Tomate y Cebolla Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Pasta + Carne + Fruta

Viernes

- 2**  **FESTIVO**
- 9** Judías Pintas Estofadas Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°
Croquetas de Bacalao Croqueta Bacalao, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg Cortada, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre
Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Yogur Yogur Natural
Cena: Patata + Huevo + Fruta
- 16** Sopa de Cocido Sin Cerdo Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada
Cocido Sin Cerdo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Ternera Falda
Rrepollo Rehogado Repollo, Aceite Oliva 0,4°
- Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Fruta
- 23** Garbanzos Estofados Garbanzo Pedrosillano, Patata Pelada, Cebolla, Zanahoria
Pescadito Enharinado Pescadito Enharinado, Aceite Girasol
- Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Ave + Lácteo
- 30** Sopa de Cocido Sin Cerdo Fideos Entrefino, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina Eviscerada
Cocido Sin Cerdo Garbanzo Pedrosillano, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Ternera Falda
- Ensalada de Tomate y Maíz Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada
- Pan Pan
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Canarias, Naranja
Leche Leche Entera, Lasaña Placas 360u, Leche Entera
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo