



MONDAY 1
FESTIVO

TUESDAY 2
FESTIVO

WEDNESDAY 3
Espaguetis al Ajo
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada

THURSDAY 4
Puré de La Huerta
Albóndigas Caseras en Salsa
Patatas Dado
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 5
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada

MONDAY 8
Crema de Calabacín
Hamburguesa Casera a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta Variada

TUESDAY 9
Arroz con Tomate
Pollo Asado
Ens de Lechuga y Cebolla
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 10
Sopa de Estrellas
Bacalao Orly
Ensalada de Tomate
Fruta Variada

THURSDAY 11
Alubias Blancas con Chorizo
Tortilla Española
Ensalada de Lechuga
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 12
Coditos a la Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 15
FESTIVO

TUESDAY 16
Lentejas a la Madrileña
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Zanah
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 17
Arroz con Tomate
Abadejo a la Molinera
Ensalada del Chef
Fruta Variada

THURSDAY 18
Crema de Verduras
Macarrones con J. York Extra
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Filete Ruso
Zanahoria Baby
Fruta Variada

MONDAY 22
Espirales con Chorizo
Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada

TUESDAY 23
Judías Pintas con Arroz
Revuelto de Jamón
Ensalada Verde
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Puerros
Jamoncitos de Pollo al Limón
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 25
Sopa Maravilla
Bacalao al Horno
Verduritas Dado
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 26
Puré de Guisantes
Arroz con Pollo
Ensalada Mixta
Fruta Variada

MONDAY 29
Arroz a la Milanese
Revuelto de Atún
Ensalada Mezclum
Fruta Variada

TUESDAY 30
Crema de Verduras
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Arroz Pilaf
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 31
Garbanzos Estofados
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta Variada

- cacahuete	- altramuces	- gluten	LEYENDA
- mostaza	- frutos de cáscara	- pescado	
- apio	- crustáceos	- huevo	
- soja	- sésamo	- leche	
- moluscos	- sulfitos	- puede contener trazas de varios alérgenos	

Alergia a la proteína de la leche o Intolerancia a la Lactosa





MONDAY 1
FESTIVO

TUESDAY 2
FESTIVO

WEDNESDAY 3
Espaguetis al Ajo
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada

THURSDAY 4
Puré de La Huerta
Albóndigas en Salsa
Patatas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Sopa de Fideos
Cocido Completo
Fruta Variada

MONDAY 8
Crema de Calabacín
Hamburguesa Casera a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta Variada

TUESDAY 9
Arroz con Tomate
Pollo Asado
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Sopa de Fideos
Bacalao Orly
Ensalada de Tomate
Fruta Variada

THURSDAY 11
Alubias Blancas con Chorizo
Chuleta de Cerdo
Ensalada de Lechuga
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Macarrones a la Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 15
FESTIVO

TUESDAY 16
Lentejas a la Madrileña
Escalopines en Salsa
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Arroz con Tomate
Abadejo a la Molinera
Ensalada del Chef
Fruta Variada

THURSDAY 18
Crema de Verduras
Macarrones con J. York Extra
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Filete Ruso
Zanahoria Baby
Fruta Variada

MONDAY 22
Macarrones con Chorizo
Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada

TUESDAY 23
Judías Pintas con Arroz
Lomo a la Plancha
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Puerros
Jamoncitos de Pollo al Limón
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 25
Sopa de Fideos
Bacalao al Horno
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Puré de Guisantes
Arroz con Pollo
Ensalada Mixta
Fruta Variada

MONDAY 29
Arroz a la Milanesa
Fil de Cerdo en Salsa
Ensalada Mezclum
Fruta Variada

TUESDAY 30
Crema de Verduras
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Arroz Pilaf
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 31
Garbanzos Estofados
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta Variada

LEYENDA

- cacahuete
- altramuces
- gluten
- mostaza
- frutos de cáscara
- pescado
- apio
- crustáceos
- huevo
- soja
- sésamo
- leche
- moluscos
- sulfitos
- puede contener trazas de varios alérgenos

Menú Cardiosaludable

Alergia al Huevo





MONDAY 1
FESTIVO

TUESDAY 2
FESTIVO

WEDNESDAY 3
Espaguetis al Ajo
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada

THURSDAY 4
Puré de La Huerta
Albóndigas Caseras en Salsa
Patatas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Sopa de Fideos
Cocido Completo
Fruta Variada

MONDAY 8
Crema de Calabacín
Hamburguesa Casera a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta Variada

TUESDAY 9
Arroz con Tomate
Pollo Asado
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Sopa de Fideos
Bacalao Orly
Ensalada de Tomate
Fruta Variada

THURSDAY 11
Alubias Blancas con Chorizo
Tortilla Española
Ensalada de Lechuga
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Macarrones a la Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 15
FESTIVO

TUESDAY 16
Crema de Zanahorias
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Arroz con Tomate
Abadejo a la Molinera
Ensalada del Chef
Fruta Variada

THURSDAY 18
Crema de Verduras
Macarrones con J. York Extra
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Filete Ruso
Zanahoria Baby
Fruta Variada

MONDAY 22
Espirales con Chorizo
Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada

TUESDAY 23
Judías Pintas con Arroz
Revuelto de Jamón
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Puerros
Jamoncitos de Pollo al Limón
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 25
Sopa de Fideos
Bacalao al Horno
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Puré de Guisantes
Arroz con Pollo
Ensalada Mixta
Fruta Variada

MONDAY 29
Arroz a la Milanese
Revuelto de Atún
Ensalada Mezclum
Fruta Variada

TUESDAY 30
Crema de Verduras
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Arroz Pilaf
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 31
Garbanzos Estofados
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta Variada

LEYENDA

- cacahuete
- altramuces
- gluten
- mostaza
- frutos de cáscara
- pescado
- apio
- crustáceos
- huevo
- soja
- sésamo
- leche
- moluscos
- sulfitos
- puede contener trazas de varios alérgenos

Menú Cardiosaludable

Celiacos





MONDAY 1
FESTIVO

TUESDAY 2
FESTIVO

WEDNESDAY 3
Espaguetis al Ajo
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada

THURSDAY 4
Puré de La Huerta
Albóndigas Caseras en Salsa
Patatas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Sopa de Fideos
Pollo con Verduras
Fruta Variada

MONDAY 8
Crema de Calabacín
Hamburguesa a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta Variada

TUESDAY 9
Arroz con Tomate
Pollo Asado
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Sopa de Estrellas
Bacalao Orly
Ensalada de Tomate
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Verduras
Tortilla Española
Ensalada de Lechuga
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Coditos a la Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 15
FESTIVO

TUESDAY 16
Crema de Zanahorias
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Arroz con Tomate
Abadejo a la Molinera
Ensalada del Chef
Fruta Variada

THURSDAY 18
Crema de Verduras
Macarrones con J. York Extra
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Filete Ruso
Zanahoria Baby
Fruta Variada

MONDAY 22
Espirales con Chorizo
Merluza a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada

TUESDAY 23
Crema de Verduras
Revuelto de Jamón
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Puerros
Jamoncitos de Pollo al Limón
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 25
Sopa Maravilla
Bacalao al Horno
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Menestra de Verduras
Arroz con Pollo
Ensalada Mixta
Fruta Variada

MONDAY 29
Arroz a la Milanese
Revuelto de Atún
Ensalada Mezclum
Fruta Variada

TUESDAY 30
Crema de Verduras
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Arroz Pilaf
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 31
Tempura de Verduras
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta Variada

LEYENDA

- cacahuete	- altramuzes	- gluten
- mostaza	- frutos de cáscara	- pescado
- apio	- crustáceos	- huevo
- soja	- sésamo	- leche
- moluscos	- sulfitos	- puede contener trazas de varios alérgenos

Menú Cardiosaludable

Alergia a la Legumbre



MONDAY 1
FESTIVO

TUESDAY 2
FESTIVO

WEDNESDAY 3
Espaguetis al Ajo
Escalopines a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada

THURSDAY 4
Puré de La Huerta
Albóndigas en Salsa
Patatas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada

MONDAY 8
Crema de Calabacín
Hamburguesa a la Plancha
Patatas Fritas
Fruta Variada

TUESDAY 9
Arroz con Tomate
Pollo Asado
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Sopa de Estrellas
Lomo a la Plancha
Ensalada de Tomate
Fruta Variada

THURSDAY 11
Alubias Blancas con Chorizo
Tortilla Española
Ensalada de Lechuga
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Coditos a la Boloñesa
Contramuslo de Pollo
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 15
FESTIVO

TUESDAY 16
Lentejas a la Madrileña
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Arroz con Tomate
Magro a la Jardinera
Ensalada del Chef
Fruta Variada

THURSDAY 18
Crema de Verduras
Macarrones a la Carbonara
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Filete Ruso
Zanahoria Baby
Fruta Variada

MONDAY 22
Espirales con Chorizo
Estofado de Cerdo
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada

TUESDAY 23
Judías Pintas con Arroz
Revuelto de Jamón
Ensalada Verde
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Puerros
Jamoncitos de Pollo al Limón
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 25
Sopa Maravilla
Ragout de Ternera
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Puré de Guisantes
Arroz con Pollo
Ensalada Mixta
Fruta Variada

MONDAY 29
Arroz a la Milanese
Huevos Revueltos
Ensalada Mezclum
Fruta Variada

TUESDAY 30
Crema de Verduras
Albóndigas a la Cazuela
Arroz Pilaf
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 31
Garbanzos Estofados
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta Variada

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Alergia al Pescado

