

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	Judías verdes salteadas Albóndigas de ternera en salsa con arroz salteado Fruta y pan VE:3.001/718 GT:19 GS:8 HC:108 AZ:28 PROT:32 SAL:1	2	Macarrones (integrales) con salsa carbonara Tortilla francesa al horno con ensalada Fruta (eco.) y pan integral VE:2.485/595 GT:14 GS:1 HC:88 AZ:19 PROT:27 SAL:2	3	Lentejas con verduras de temporada Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan VE:3.893/931 GT:34 GS:5 HC:128 AZ:27 PROT:33 SAL:1	4	Arroz a la napolitana Hamburguesa vegana con ensalada Fruta y pan integral VE:3.029/725 GT:11 GS:1 HC:136 AZ:25 PROT:22 SAL:1	5	Crema casera de calabaza dulce (eco.) Lomo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan VE:2.715/650 GT:27 GS:7 HC:69 AZ:28 PROT:32 SAL:1
8	Brócoli con bacon Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan VE:2.533/606 GT:18 GS:3 HC:93 AZ:27 PROT:26 SAL:1	9	Sopa de verduras con pasta integral Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan integral VE:2.763/661 GT:7 GS:0 HC:122 AZ:34 PROT:31 SAL:1	10	Salteado de guisantes con jamón Fajitas de pollo con arroz Fruta (eco.) y pan VE:3.720/890 GT:16 GS:19 HC:139 AZ:26 PROT:41 SAL:1	11	Ensalada campera Lomo asado en salsa con ensalada Fruta y pan integral VE:2.172/520 GT:11 GS:3 HC:75 AZ:24 PROT:32 SAL:2	12	Paella mixta Estofado de pavo con ensalada Postre lácteo y pan VE:3.351/802 GT:22 GS:6 HC:112 AZ:24 PROT:38 SAL:1
15	Lentejas a la riojana Tortilla francesa de queso con ensalada Fruta y pan VE:2.521/603 GT:12 GS:3 HC:93 AZ:26 PROT:33 SAL:2	16	Espaguetis al pesto Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan integral VE:3.787/906 GT:12 GS:1 HC:160 AZ:35 PROT:43 SAL:2	17	Vichyssoise Jamoncitos de pollo asados con ensalada Fruta y pan VE:2.684/642 GT:15 GS:5 HC:88 AZ:32 PROT:43 SAL:1	18	COMIDA ESPECIAL Hamburguesa completa con patatas chips Helado VE:3.001/718 GT:39 GS:17 HC:77 AZ:25 PROT:27 SAL:1	19	Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada Fruta y pan integral VE:2.937/703 GT:14 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:32 SAL:1
22		23		24		25		26	
29		30						Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alergenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN SANDÍA, MELÓN, PLÁTANO Y MANZANA	