

Alérgenos:

- 1 GLUTEN
- 2 LACTEOS
- 3 HUEVO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCO
- 6 CRUSTACEOS
- 7 ALTRAMUZZES
- 8 CACAHUETES
- 9 FRUTOS CÁSCARA
- 10 SESAMO
- 11 MOSTAZA
- 12 APIO
- 13 AZUFREY SULFITOS



<p>13</p> <p>Ensalada variada con atún Lentejas con arroz Pan blanco Fruta fresca</p> <p>636,5Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,0g - HC:97,0g AGS:2,4g - Azúcares:12,1g - Sal:1,5g</p> <p>1 4 14</p>	<p>14</p> <p>Hervido de verduras Pavo en salsa de nata y pasas Pan integral Fruta fresca</p> <p>514,9Kcal - Prot:21,6g - Lip:23,1g - HC:49,7g AGS:7,8g - Azúcares:21,4g - Sal:1,9g</p> <p>2 14</p>	<p>8</p> <p>Crema de zanahoria Rustidera de muslitos de pollo a la provenzal Pan Yogur sabor</p> <p>530,0Kcal - Prot:29,7g - Lip:19,7g - HC:55,9g AGS:6,1g - Azúcares:29,0g - Sal:1,6g</p> <p>2</p>	<p>9</p> <p>Ensalada variada con queso Macarrones ecologicos con atún Pan integral Fruta fresca</p> <p>612,4Kcal - Prot:20,5g - Lip:21,8g - HC:78,8g AGS:6,0g - Azúcares:11,9g - Sal:1,6g</p> <p>1 2 3 4 14</p>	<p>10</p> <p>Arroz a la cubana con huevo Salchichas fresca de ave Lechuga y zanahoria Pan blanco Helado</p> <p>681,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:24,2g - HC:85,9g AGS:5,7g - Azúcares:9,0g - Sal:3,5g</p> <p>1 2 3 8 9 14</p>
<p>20</p> <p>Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, atún y huevo) Arroz con magra y costillejas Pan blanco Yogur sabor</p> <p>670,3Kcal - Prot:29,1g - Lip:19,8g - HC:92,4g AGS:6,1g - Azúcares:23,2g - Sal:1,6g</p> <p>2 3 4 14</p>	<p>21</p> <p>Crema de calabaza Pollo al limón con champiñón salteado Pan integral Fruta fresca</p> <p>407,9Kcal - Prot:18,1g - Lip:15,5g - HC:44,2g AGS:3,4g - Azúcares:13,6g - Sal:1,3g</p> <p>14</p>	<p>15</p> <p>Ensalada César(lechuga, pollo, picatostes, queso y salsa cesar) Fideua de pescado Pan blanco Fruta fresca</p> <p>628,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:18,4g - HC:83,9g AGS:4,4g - Azúcares:11,7g - Sal:2,2g</p> <p>1 2 3 4 5 9 14</p>	<p>16</p> <p>Ensalada variada con huevo Alubias con chorizo Pan integral Yogur sabor</p> <p>670,1Kcal - Prot:26,3g - Lip:24,6g - HC:76,3g AGS:7,5g - Azúcares:26,4g - Sal:1,9g</p> <p>1 2 3 9 14</p>	<p>17</p> <p>Sopa de pescado Pizza casera de tomate, queso, jamon y oregano Pan blanco Helado</p> <p>693,7Kcal - Prot:26,9g - Lip:13,3g - HC:114,4g AGS:3,1g - Azúcares:11,4g - Sal:2,3g</p> <p>1 2 3 4 5 6 8 9 12 14</p>
<p>27</p> <p>Ensalada del chef Lentejas con arroz Pan blanco Fruta fresca</p> <p>598,1Kcal - Prot:26,0g - Lip:15,4g - HC:83,9g AGS:2,7g - Azúcares:10,6g - Sal:1,8g</p> <p>1 2 3 4 9 14</p>	<p>28</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Pan integral Fruta fresca</p> <p>559,5Kcal - Prot:21,1g - Lip:19,0g - HC:69,5g AGS:5,4g - Azúcares:12,5g - Sal:1,3g</p> <p>1 2 3 9 12 14</p>	<p>22</p> <p>Ensalada variada con huevo Olleta Alicantina Pan blanco Fruta fresca</p> <p>485,3Kcal - Prot:17,0g - Lip:12,5g - HC:70,8g AGS:2,4g - Azúcares:11,0g - Sal:1,5g</p> <p>1 3 14</p>	<p>23</p> <p>Ensalada variada con queso Espaguetis salteados con salmón Pan integral Fruta fresca</p> <p>567,9Kcal - Prot:21,5g - Lip:20,2g - HC:70,8g AGS:5,4g - Azúcares:11,2g - Sal:1,5g</p> <p>1 2 3 4 14</p>	<p>24</p> <p>Sopa con garbanzos Merluza con tomate y cebolla Pan blanco Helado</p> <p>499,7Kcal - Prot:31,9g - Lip:8,5g - HC:68,8g AGS:1,4g - Azúcares:11,1g - Sal:1,6g</p> <p>1 4 12 14</p>
<p>29</p> <p>Ensalada del chef Lentejas con arroz Pan blanco Fruta fresca</p> <p>598,1Kcal - Prot:26,0g - Lip:15,4g - HC:83,9g AGS:2,7g - Azúcares:10,6g - Sal:1,8g</p> <p>1 2 3 4 9 14</p>	<p>28</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Pan integral Fruta fresca</p> <p>559,5Kcal - Prot:21,1g - Lip:19,0g - HC:69,5g AGS:5,4g - Azúcares:12,5g - Sal:1,3g</p> <p>1 2 3 9 12 14</p>	<p>29</p> <p>Ensalada variada con pasas y frutos secos Guiso de rape, patata, cebolla, tomate y pimiento Pan blanco Fruta fresca</p> <p>516,8Kcal - Prot:17,8g - Lip:18,1g - HC:65,1g AGS:2,9g - Azúcares:17,9g - Sal:1,6g</p> <p>4 7 8 14</p>	<p>30</p> <p>Ensalada multicolor (Lechuga, tomate, maíz y zanahoria) Macarrones ecologicos con atún Pan integral Fruta fresca</p> <p>550,5Kcal - Prot:16,8g - Lip:16,5g - HC:79,1g AGS:2,6g - Azúcares:11,8g - Sal:1,4g</p> <p>1 4 14</p>	

SIN CARNE



8  
 Crema de zanahoria  
 Rustidera de pescado  
 Pan  
 Yogur sabor

9  
 Ensalada variada con queso  
 Macarrones ecologicos con atún  
 Pan integral  
 Fruta fresca

10  
 Arroz a la cubana con huevo  
 Rabas de calamar  
 Lechuga y zanahoria  
 Pan blanco  
 Helado

13  
 Ensalada variada con atún  
 Lentejas con arroz  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

14  
 Hervido de verduras  
 Tortilla francesa  
 Pan integral  
 Fruta fresca

15  
 Ensalada variada con queso  
 Fideua de pescado  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

16  
 Ensalada variada con huevo  
 Alubias estofadas con patata y verdura  
 Pan integral  
 Yogur sabor

17  
 Sopa de pescado  
 Panini de atún  
 Pan blanco  
 Helado

20  
 Ensalada mediterránea (lechuga, tomate,  
 zanahoria, atún y huevo)  
 Arroz con pescado  
 Pan blanco  
 Yogur sabor

21  
 Crema de calabaza  
 Limanda al limón con champiñón salteado  
 Pan integral  
 Fruta fresca

22  
 Ensalada variada con huevo  
 Olleta Alicantina  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

23  
 Ensalada variada con queso  
 Espaguetis salteados con salmón  
 Pan integral  
 Fruta fresca

24  
 Sopa de verduras con garbanzos  
 Merluza con tomate y cebolla  
 Pan blanco  
 Helado

27  
 Ensalada  
 Lentejas con arroz  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

28  
 Sopa de verduras con fideos  
 Garbanzos con verduras y patata  
 Pan integral  
 Fruta fresca

29  
 Ensalada variada con pasas y frutos secos  
 Guiso de rape, patata, cebolla, tomate y  
 pimiento  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

30  
 Ensalada multicolor (Lechuga, tomate, maíz y  
 zanahoria)  
 Macarrones ecologicos con atún  
 Pan integral  
 Fruta fresca

SIN CERDO



**8**  
 Crema de zanahoria  
 Rustidera de muslitos de pollo a la provenzal  
 Pan  
 Yogur sabor

**9**  
 Ensalada variada con queso  
 Macarrones ecologicos con atún  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**10**  
 Arroz a la cubana con huevo  
 Salchichas fresca de ave  
 Lechuga y zanahoria  
 Pan blanco  
 Helado

**13**  
 Ensalada variada con atún  
 Lentejas con arroz  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

**14**  
 Hervido de verduras  
 Pavo en salsa de nata y pasas  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**15**  
 Ensalada César(lechuga, pollo, picatostes, queso y salsa cesar)  
 Fideua de pescado  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

**16**  
 Ensalada variada con huevo  
 Alubias estofadas con patata y verdura  
 Pan integral  
 Yogur sabor

**17**  
 Sopa de pescado  
 Panini de atún  
 Pan blanco  
 Helado

**20**  
 Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, atún y huevo)  
 Arroz con pescado  
 Pan blanco  
 Yogur sabor

**21**  
 Crema de calabaza  
 Pollo al limón con champiñón salteado  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**22**  
 Ensalada variada con huevo  
 Olleta Alicantina  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

**23**  
 Ensalada variada con queso  
 Espaguetis salteados con salmón  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**24**  
 Sopa con garbanzos  
 Merluza con tomate y cebolla  
 Pan blanco  
 Helado

**27**  
 Ensalada  
 Lentejas con arroz  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

**28**  
 Sopa de ave con fideos  
 Garbanzos con pollo y patata  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**29**  
 Ensalada variada con pasas y frutos secos  
 Guiso de rape, patata, cebolla, tomate y pimiento  
 Pan blanco  
 Fruta fresca

**30**  
 Ensalada multicolor (Lechuga, tomate, maíz y zanahoria)  
 Macarrones ecologicos con atún  
 Pan integral  
 Fruta fresca

**SIN GLUTEN**



**8**  
 Crema de zanahoria  
 Rustidera de muslitos de pollo a la provenzal  
 Pan sin gluten  
 Yogur sabor

**9**  
 Ensalada variada con queso  
 Macarrones sin gluten con atún  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**10**  
 Arroz a la cubana con huevo  
 Filete de ave  
 Lechuga y zanahoria  
 Pan sin gluten  
 Helado sin gluten

**13**  
 Ensalada variada con atún  
 Arroz con verduras  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**14**  
 Hervido de verduras  
 Pavo en su jugo  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**15**  
 Ensalada variada con pollo y queso  
 Fideua de pescado sin gluten  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**16**  
 Ensalada variada con huevo  
 Alubias estofadas con patata y verdura  
 Pan sin gluten  
 Yogur sabor

**17**  
 Sopa de pescado con fideos sin gluten  
 Pizza sin gluten  
 Pan sin gluten  
 Helado sin gluten

**20**  
 Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, atún y huevo)  
 Arroz con magra y costillejas  
 Pan sin gluten  
 Yogur sabor

**21**  
 Crema de calabaza  
 Pollo al limón con champiñón salteado  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**22**  
 Ensalada variada con huevo  
 Arroz con verduras  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**23**  
 Ensalada variada con queso  
 Espaguetis sin gluten con salmón  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**24**  
 Sopa de fideos sin gluten con garbanzos  
 Merluza con tomate y cebolla  
 Pan sin gluten  
 Helado sin gluten

**27**  
 Ensalada del chef  
 Arroz con verduras  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**28**  
 Sopa de cocido con fideos sin gluten  
 Garbanzos con pollo y patata  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**29**  
 Ensalada variada con pasas y frutos secos  
 Guiso de rape, patata, cebolla, tomate y pimiento  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca

**30**  
 Ensalada multicolor (Lechuga, tomate, maíz y zanahoria)  
 Macarrones sin gluten con atún  
 Pan sin gluten  
 Fruta fresca