



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 de Noviembre <b>Día de Todos los Santos</b>				
4	5	6	7	8
Sopa de arroz (3) Hamburguesa de pollo (1) con patatas fritas Pan (1) Yogur (7)	Crema de calabacín con picatostes (1, 3, 7, 9) Cinta de lomo a la plancha con patatas Pan (1) Fruta de temporada	Cazuela de patatas con ternera (12) Filete de limanda al limón (4) con ensalada mixta (12, 4) Pan (1) Fruta temporada	Potaje de garbanzos con verduras (19, 3, 7, 9) Tortilla francesa (3) con ensalada de la huerta (12) Pan (1) Fruta de temporada	Macarrones a la amatriciana (1, 3, 7) Merluza en salsa verde (1, 4) con guisantes (19) Pan (1) Melocotón en su jugo
KCAL 611,10 Prot.(g) 32,73 Hidr.(g) 60,84 Lípid.(g) 26,78 AGS.(g) 6,20	KCAL 612,25 Prot.(g) 25,65 Hidr.(g) 70,92 Lípid.(g) 24,96 AGS.(g) 5,58	KCAL 644,56 Prot.(g) 32,34 Hidr.(g) 81,73 Lípid.(g) 20,64 AGS.(g) 3,04	KCAL 627,88 Prot.(g) 21,87 Hidr.(g) 85,19 Lípid.(g) 23,02 AGS.(g) 3,75	KCAL 622,89 Prot.(g) 34,67 Hidr.(g) 65,92 Lípid.(g) 24,51 AGS.(g) 5,41
11	12	13	14	15
Arroz con tomate Huevo frito con salchichas (3) Pan (1) Yogur (7)	Alubias blancas con espinacas (19) Fogonero a la plancha (4) con ensalada de tomate Pan (1) Fruta de temporada	Crema de verduras (7) Magro con tomate con arroz Pan (1) Fruta de temporada	Espaguetis a la boloñesa (1, 3) Empanadillas de atún (1, 10, 14, 2, 3, 4, 6, 7, 9) con lechuga y maíz Pan (1) Fruta de temporada	Sopa de marisco (1, 14, 2, 3, 4) Lomo en salsa (1, 10, 3, 6, 7, 9) con verduras Pan (1) Piña en su jugo
KCAL 679,53 Prot.(g) 25,06 Hidr.(g) 82,70 Lípid.(g) 29,07 AGS.(g) 7,37	KCAL 634,79 Prot.(g) 36,29 Hidr.(g) 80,06 Lípid.(g) 17,33 AGS.(g) 3,42	KCAL 614,05 Prot.(g) 26,09 Hidr.(g) 90,88 Lípid.(g) 16,18 AGS.(g) 4,63	KCAL 704,21 Prot.(g) 21,85 Hidr.(g) 97,81 Lípid.(g) 23,51 AGS.(g) 4,71	KCAL 606,89 Prot.(g) 37,92 Hidr.(g) 49,09 Lípid.(g) 29,49 AGS.(g) 6,66
18	19	20	21	22
Espirales a la napolitana (1, 3, 7) Calamares a la romana (1, 14, 2, 4) con ensalada Pan (1) Yogur (7)	Crema de calabaza Filete de jamón a la plancha con patatas Pan (1) Fruta de temporada	Sopa de fideos (1, 3) Estofado de pavo con verduras Pan (1) Fruta de temporada	Guiso de lentejas (1, 19) Tortilla francesa (3) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	Paella (19) Halibut al horno (4) con tomate aliñado Pan (1) Melocotón en su jugo
KCAL 682,65 Prot.(g) 33,98 Hidr.(g) 70,27 Lípid.(g) 29,50 AGS.(g) 6,80	KCAL 656,79 Prot.(g) 36,24 Hidr.(g) 57,45 Lípid.(g) 31,35 AGS.(g) 8,27	KCAL 659,48 Prot.(g) 55,13 Hidr.(g) 50,72 Lípid.(g) 26,00 AGS.(g) 4,71	KCAL 691,95 Prot.(g) 29,87 Hidr.(g) 73,06 Lípid.(g) 32,44 AGS.(g) 7,20	KCAL 633,21 Prot.(g) 36,16 Hidr.(g) 74,57 Lípid.(g) 21,15 AGS.(g) 2,90
25	26	27	28	29
Rigatoni a la amatriciana (1, 3, 7) Fingers de pollo (10, 12, 14, 2, 4, 7, 8, 9) con ensalada (12) Pan (1) Yogur (7)	Sopa de picadillo (1, 3) Pechuga de pavo a la plancha con patatas Pan (1) Fruta de temporada	Cazuela de arroz con pollo Merluza a la plancha (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	Crema de calabacín (3, 7, 9) Albóndigas con tomate (sin gluten) (12) con patatas a lo pobre Pan (1) Fruta de temporada	Alubias pintas guisadas (19) Tortilla de verduras (3) con ensalada (12) Pan (1) Piña en su jugo
KCAL 723,98 Prot.(g) 39,49 Hidr.(g) 61,59 Lípid.(g) 35,34 AGS.(g) 8,71	KCAL 657,05 Prot.(g) 43,06 Hidr.(g) 69,91 Lípid.(g) 23,53 AGS.(g) 4,87	KCAL 712,60 Prot.(g) 37,34 Hidr.(g) 84,14 Lípid.(g) 25,04 AGS.(g) 3,89	KCAL 669,43 Prot.(g) 19,06 Hidr.(g) 57,46 Lípid.(g) 40,23 AGS.(g) 11,06	KCAL 534,29 Prot.(g) 22,02 Hidr.(g) 50,82 Lípid.(g) 28,18 AGS.(g) 4,62

**ALÉRGENOS**

1. GLUTEN
2. CRUSTÁCEOS
3. HUEVOS
4. PESCADO
5. CACAHUETES
6. SOJA
7. LÁCTEOS
8. FRUTOS DE CÁSCARA
9. APIO
10. MOSTAZA
11. SÉSAMO
12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS
13. ALTRAMUCES
14. MOLUSCOS

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro