



LUNES 06				MARTES 07				MIÉRCOLES 08				JUEVES 09				VIERNES 10							
Arroz tres delicias Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Crema de puerros Albóndigas mixtas a la jardinera Fruta de temporada				Lentejas castellanas Magro a la riojana con patatas fritas Postre lácteo				Espaguetis carbonara Merluza al horno con verduras asadas Fruta de temporada				Alubias pintas con verduras Hamburguesas a la plancha con tomate aliñado Postre lácteo							
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):				
784,58	30,16	34,74	93,25	743,49	31,02	28,92	87,06	717,33	13,36	35,63	111,51	578,41	15,51	32,64	76,96	795,24	29,88	40,31	91,85				
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja				Alérgenos: gluten, lactosa, pescado, apio, sésamo, mostaza, soja				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos							
LUNES 13				MARTES 14				MIÉRCOLES 15				JUEVES 16				VIERNES 17							
Tallarines con gambas Croquetas de pollo con ensalada Fruta de temporada				Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con tomate aliñado Fruta de temporada				Arroz amarillo Ragout de ternera en salsa con hortalizas Postre lácteo				Patatas con verduras Calamares a la romana con ensalada Fruta de temporada				<b>DÍA NO LECTIVO</b>							
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):								
775,53	28,16	32,61	100,41	790,58	30,36	29,35	99,81	824,62	32,19	33,31	98,56	680,81	30,99	16,77	83,45								
Alérgenos: gluten, lactosa, crustáceo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, huevo, molusco, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: - -							
LUNES 20				MARTES 21				MIÉRCOLES 22				JUEVES 23				VIERNES 24							
Lentejas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada				Paella de marisco Tilapia rebozada con mayonesa Fruta de temporada				Judías pintas con arroz Pollo asado en su jugo con ensalada Postre lácteo				Sopa de estrellitas Cinta de lomo adobada con puré de patatas Fruta de temporada				Judías verdes rehogadas Lasaña boloñesa con lechuga aliñada Postre lácteo							
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):				
649,20	42,80	18,11	48,26	711,48	24,15	24,75	90,89	693,43	25,64	39,44	75,30	855,46	41,29	41,87	80,14	742,36	22,50	22,50	114,47				
Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sulfitos							
LUNES 27				MARTES 28				<p>*Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.            *Postre lácteo: natillas, yogur de sabores y natural, flan de vainilla, helado o fruttoló            *Fruta de temporada: naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...            *Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios            *La valoración nutricional incluye el postre y la ración de pan</p>															
Coditos gratinados con atún Tortilla con chorizo con lechuga aliñada Fruta de temporada				Sopa de cocido Cocido completo con verduras Fruta de temporada																			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):																
757,32	38,13	32,41	74,38	738,94	33,07	31,19	80,12																
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos, soja				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja																			


Por parte del cliente  
D/ ña. \_\_\_\_\_  
  
Fecha y firma: \_\_\_\_\_


Por parte de la Dietista/Nutricionista  
D/ ña. Gloria Mª Espino de León (nº asociada 3075)  
  
  
Fecha y firma: 10-01-2017

Por parte de la empresa  
D/ ña. Jose Ignacio Canseco Romero  
  
  
Fecha y firma: 10-01-2017

LUNES 06				MARTES 07				MIÉRCOLES 08				JUEVES 09				VIERNES 10			
Arroz tres delicias Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Crema de puerros Albóndigas mixtas a la jardinera Fruta de temporada				Lentejas castellanas Magro a la riojana con patatas fritas Postre lácteo				Espaguetis carbonara Merluza al horno con verduras asadas Fruta de temporada				Alubias pintas con verduras Hamburguesas a la plancha con tomate aliñado Postre lácteo			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):
784,58	30,16	34,74	93,25	743,49	31,02	28,92	87,06	717,33	13,36	35,63	111,51	578,41	15,51	32,64	76,96	795,24	29,88	40,31	91,85
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja				Alérgenos: gluten, lactosa, pescado, apio, sésamo, mostaza, soja				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos			
LUNES 13				MARTES 14				MIÉRCOLES 15				JUEVES 16				VIERNES 17			
Tallarines con gambas Croquetas de pollo con ensalada Fruta de temporada				Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con tomate aliñado Fruta de temporada				Arroz amarillo Ragout de ternera en salsa con hortalizas Postre lácteo				Patatas con verduras Calamares a la romana con ensalada Fruta de temporada				<b>DÍA NO LECTIVO</b>			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):				
775,53	28,16	32,61	100,41	790,58	30,36	29,35	99,81	824,62	32,19	33,31	98,56	680,81	30,99	16,77	83,45				
Alérgenos: gluten, lactosa, crustáceo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, huevo, molusco, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: - -			
LUNES 20				MARTES 21				MIÉRCOLES 22				JUEVES 23				VIERNES 24			
Lentejas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada				Paella de marisco Tilapia rebozada con mayonesa Fruta de temporada				Judías pintas con arroz Pollo asado en su jugo con ensalada Postre lácteo				Sopa de estrellitas Cinta de lomo adobada con puré de patatas Fruta de temporada				Pasta boloñesa Nuggets de pollo con lechuga aliñada Postre lácteo			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):
649,20	42,80	18,11	48,26	711,48	24,15	24,75	90,89	693,43	25,64	39,44	75,30	855,46	41,29	41,87	80,14	742,36	22,50	22,50	114,47
Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: lactosa, apio, sésamo, mostaza, soja, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sulfitos			
LUNES 27				MARTES 28				<p>*Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.            *Postre lácteo: natillas, yogur de sabores y natural, flan de vainilla, helado o fruttoló            *Fruta de temporada: naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...            *Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios            *La valoración nutricional incluye el postre y la ración de pan</p>											
Coditos gratinados con atún Tortilla con chorizo con lechuga aliñada Fruta de temporada				Sopa de cocido Cocido completo con verduras Fruta de temporada															
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):												
757,32	38,13	32,41	74,38	738,94	33,07	31,19	80,12												
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos, soja				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja															

<b>Por parte del cliente</b>
D/ ña.
Fecha y firma:

<b>Por parte de la Dietista/Nutricionista</b>
D/ ña. Gloria Mª Espino de León (nº asociada 3075)

Fecha y firma: 10-01-2017

<b>Por parte de la empresa</b>
D/ ña. Jose Ignacio Canseco Romero

Fecha y firma: 10-01-2017



LUNES 06				MARTES 07				MIÉRCOLES 08				JUEVES 09				VIERNES 10			
Arroz tres delicias Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Crema de puerros Albóndigas mixtas a la jardinera Fruta de temporada				Lentejas castellanas Magro a la riojana con patatas fritas Postre lácteo				Patatas a lo pobre San jacobos con ensalada Fruta de temporada				Alubias pintas con verduras Hamburguesas a la plancha con tomate aliñado Postre lácteo			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):
784,58	30,16	34,74	93,25	743,49	31,02	28,92	87,06	717,33	13,36	35,63	111,51	578,41	15,51	32,64	76,96	775,34	35,56	30,58	86,16
LUNES 13				MARTES 14				MIÉRCOLES 15				JUEVES 16				VIERNES 17			
Tallarines con gambas Croquetas de pollo con ensalada Fruta de temporada				Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con tomate aliñado Fruta de temporada				Arroz amarillo Ragout de ternera en salsa con hortalizas Postre lácteo				Patatas con verduras Calamares a la romana con ensalada Fruta de temporada				<b>DÍA NO LECTIVO</b>			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):				
775,53	28,16	32,61	100,41	790,58	30,36	29,35	99,81	824,62	32,19	33,31	98,56	680,81	30,99	16,77	83,45				
LUNES 20				MARTES 21				MIÉRCOLES 22				JUEVES 23				VIERNES 24			
Lentejas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada				Paella de marisco Tilapia rebozada con mayonesa Fruta de temporada				Judías pintas con arroz Pollo asado en su jugo con ensalada Postre lácteo				Sopa de estrellitas Cinta de lomo adobada con puré de patatas Fruta de temporada				Judías verdes rehogadas Lasaña boloñesa con lechuga aliñada Postre lácteo			
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):
649,20	42,80	18,11	48,26	711,48	24,15	24,75	90,89	693,43	25,64	39,44	75,30	855,46	41,29	41,87	80,14	742,36	22,50	22,50	114,47
LUNES 27				MARTES 28				<p>•Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.</p> <p>•<b>Postre lácteo:</b> natillas, yogur de sabores y natural, flan de vainilla, helado o fruttollo</p> <p>•<b>Fruta de temporada:</b> naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...</p> <p>•<b>Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios</b></p> <p>•<b>La valoración nutricional</b> incluye el postre y la ración de pan</p>											
Coditos gratinados con atún Tortilla con chorizo con lechuga aliñada Fruta de temporada				Sopa de cocido Cocido completo con verduras Fruta de temporada															
Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):	Kcal:	Lip. (g):	Prot. (g):	Glú. (g):												
757,32	38,13	32,41	74,38	738,94	33,07	31,19	80,12												


Por parte del cliente

D/ ña. \_\_\_\_\_

Fecha y firma: \_\_\_\_\_

Por parte de la Dietista/Nutricionista

D/ ña. **Gloria Mª Espino de León (nº asociada 3075)**



Fecha y firma: **10-01-2017**

Por parte de la empresa

D/ ña. **Jose Ignacio Canseco Romero**




Fecha y firma: **10-01-2017**



LUNES	06	MARTES	07	MIÉRCOLES	01	JUEVES	02	VIERNES	03		
					Sopa juliana Filete de merluza a la plancha con judías verdes Postre		Brócoli rehogado Filete de pavo a la plancha con cebolla carameliza Postre		Tortilla de patatas con pisto manchego Postre		
LUNES	13	MARTES	14	MIÉRCOLES	08	JUEVES	09	VIERNES	10		
	Guisantes salteados con taquitos de pollo Postre		Perca al horno con verduritas y patatas panaderas Postre		Ensalada de arroz Tortilla francesa Postre		Crema de verduras Filete de ternera a la plancha con champiñones		Pizza vegetal Postre		
LUNES	20	MARTES	21	MIÉRCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17		
	Menestra de verduras con huevo duro y atún al natural Postre		Ensalada de patata con salmón y salsa de yogur Postre		Dorada al horno con limón y orégano y ensalada de berros Postre		Sopa de fideos Sandwich de pollo con lechuga y tomate Postre		<b>DÍA NO LECTIVO</b>		
LUNES	27	MARTES	28	MIÉRCOLES	22	JUEVES	23	VIERNES	24		
	Chuleta de cerdo a la plancha con ensalada de col y zanahoria Postre		Pimientos asados Salchichas a la parrilla con puré de patatas Postre		Tostadas con escalivada y melva en aceite Postre		Tortilla de verduras con coliflor rehogado Postre		Crema de calabaza Hamburguesa de pescado con ensalada Postre		
LUNES	06	MARTES	07	MIÉRCOLES	08	JUEVES	09	VIERNES	10		
	Espárragos gratinados con jamón Filete de pollo a la plancha Postre		Acelgas salteadas Revuelto de jamón serrano con setas y tomate Postre	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.</li> <li>•<b>Postre lácteo:</b> natillas, yogur de sabores y natural, flan de vainilla, helado o fruttollo</li> <li>•<b>Fruta de temporada:</b> naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...</li> <li>•<b>Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios</b></li> <li>•<b>La valoración nutricional</b> incluye el postre y la ración de pan</li> </ul>							

Por parte del cliente
D/ ña.
Fecha y firma:

Por parte de la Dietista/Nutricionista
D/ ña. <b>Gloria Mª Espino de León (nº asociada 3075)</b>

Fecha y firma: <b>10-01-2017</b>

Por parte de la empresa
D/ ña. <b>Jose Ignacio Canseco Romero</b>

Fecha y firma: <b>10-01-2017</b>