

EN FEBRERO

**FEBRERO LLEGA ALARGANDO
LAS TARDES EN MADRID Y EN
EL RECETARIO DE LOS
HOSTURCITOS EMPIEZAN A
FLOTAR AROMAS QUE ANTES
NO ESTABAN ALLÍ, ESE OLOR,
LOS ENVUELVE Y LOS LLEVA
AL IMPERIO OTOMANO DEL
SIGLO XVI.**



**CEIP
HERNÁN CORTÉS**



**EN EL BAZAR, JUNTO A EMRE,
ENTIENDEN QUE LA RUTA DE LAS
ESPECIAS UNIÓ CULTURAS
MUCHO ANTES DE QUE
EXISTIERAN LAS FRONTERAS.**



**¡ IMPERIO OTOMANO
TURQUÍA
SIGLO XVI !**

Hostur
Colectividades y Turismo S.L.

hostur1993



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de Hostur Colectividades, siguiendo las recomendaciones de la CAM. Registro Sanitario: 26.00013614/M.
Información: 91 570 84 57 / nutricion@hosturcolectividades.es

Valoraciones nutricionales basadas en una dieta aproximada de 2.000 kcal diarias para niños y niñas de 6 a 9 años.

SUGERENCIA DE CENAS

Si has comido en el cole...

PRIMEROS PLATOS
Legumbre, patatas, pasta o arroz
Verdura o puré de verdura

SEGUNDOS PLATOS
Carne de ternera, cerdo o ave
Pescado
Huevo

POSTRES
Fruta
Lácteo

... en casa puedes cenar:

PRIMEROS PLATOS
Verduras, puré de verdura o ensalada
Patatas, pasta o sopas

SEGUNDOS PLATOS
Pescado o huevo
Carne de ternera, cerdo, ave o huevo
Carne de ternera, cerdo, ave o pescado

POSTRES
Lácteo o fruta
Fruta

RECOMENDACIONES DE CENAS

FEBRERO

LUNES 2	PISTO DE VERDURAS	HAMBURGUESA DE PESCADO CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
MARTES 3	CANELONES DE CARNE	ZANAHORIA EN PALITOS	YOGUR NATURAL
MIÉRCOLES 4	CREMA DE TEMPORADA CON PICATOSTES CASEROS	SÁNDWICH DE PAVO CON QUESO CREMA	FRUTA
JUEVES 5	BERENJENA RELLENA CON BECHAMEL		KÉFIR
VIERNES 6	COUS COUS CON VERDURITAS Y SALSA DE SOJA	ROLLITO DE PECHUGA DE POLLO RELLENO CON QUESO	MACEDONIA CASERA
LUNES 9	PASTEL DE VERDURAS AL HORNO		FRUTA
MARTES 10	PALITOS DE VERDURA REBOZADOS	TORTILLA FRANCESA AL GUSTO	YOGUR NATURAL
MIÉRCOLES 11	PIZZA CASERA	CHIPS DE CALABAZA	FRUTA
JUEVES 12		FAJITAS DE POLLO Y VERDURITAS	FRUTA
VIERNES 13	WOK DE TERNERA CON VERDURITAS		YOGUR NATURAL
LUNES 16	PASTA CON ATÚN, TOMATE Y QUESO		FRUTA
MARTES 17		SALMÓN AL GUSTO CON ESPÁRRAGOS	POSTRE CASERO
MIÉRCOLES 18		PATATAS RELLENAS DE CARNE AL HORNO	FRUTA
JUEVES 19	PALITOS DE CALABACÍN	HUEVO A LA PLANCHA	FRUTA
VIERNES 20	JUDÍAS VERDES A LA FRANCESA	SAN JACOBO DE CALABACÍN Y QUESO AL HORNO CASERO	YOGUR NATURAL
LUNES 23	ENSALADA DE TOMATITOS	HAMBURGUESA COMPLETA CASERA	FRUTA
MARTES 24	ENSALADA AL GUSTO	TORTILLA DE PATATAS	FRUTA VARIADA
MIÉRCOLES 25	CHIPS DE BONIATO AL HORNO	HAMBURGUESA VEGETAL COMPLETA	FRUTA
JUEVES 26	VERDURAS FAVORITAS AL HORNO	CROQUETAS CASERAS AL HORNO	KÉFIR
VIERNES 27	CREMA AL GUSTO	EMPERADOR A LA PLANCHA	FRUTA

¿SABÍAS
QUE...?

Se recomienda distribuir las calorías durante el día de tal forma que;
20-25% desayuno, 10-15% almuerzo, 30-35% comida,
10-15% merienda y 20-25% cena

RECOMENDACIONES DE DESAYUNOS

FEBRERO

LUNES	BROCHETA DE FRUTAS VARIADAS
MARTES	PIEZA DE FRUTA Y TORTITA DE JAMÓN SERRANO Y QUESO
MIÉRCOLES	LECHE CON MUFFING SALUDABLES AL GUSTO
JUEVES	FRUTA Y TOSTADA DE TOMATE Y HUEVO DURO
VIERNES	BOL DE AVENA CON YOGUR Y FRUTA VARIADA
LUNES	PAN INTEGRAL TOSTADO CON QUESO DE UNTAR Y FRUTA
MARTES	LECHE CON GALLETAS SALUDABLES DE HARINA DE AVENA Y PERA
MIÉRCOLES	YOGUR NATURAL CON FRUTA Y CREMA FAVORITA DE FRUTOS SECOS
JUEVES	TORTITAS SALUDABLES DE CHOCO (PLATANO, AVENA Y CHOCO) CON DADITOS DE FRUTA
VIERNES	LECHE CON TOSTADAS DE QUESO CREMA Y MERMELADA CASERA
TIPS PARA UN DESAYUNO MÁS SALUDABLE	¿Cuál es la diferencia entre pan integral y pan blanco? El pan blanco al ser menos saciante, impulsa a realizar mayor ingesta, carece de nutrientes interesantes para la salud. En cambio, el pan integral contiene un grano con fibra, vitaminas y minerales ayudando así a una mejora en las digestiones.

¿SABÍAS QUE...?

La **OMS** (Organización Mundial de la Salud) **recomienda** que el consumo de azúcar libre no sobrepase el **5% de la ingesta calórica**, lo que equivale a **25 gramos al día**.

RECOMENDACIONES DE MERIENDAS

FEBRERO

LUNES	BRICK DE LECHE Y BIZCOCHO SALUDABLE
MARTES	SÁNDWICH INTEGRAL DE NOCILLA CASERA (AVELLANAS, DÁTILES Y CACAO PURO)
MIÉRCOLES	FRUTA VARIADA DE TEMPORADA
JUEVES	YOGUR NATURAL CON MERMELADA CASERA Y FRUTA
VIERNES	FRUTA CON DADITOS DE QUESO
LUNES	MACEDONIA DE FRUTA CASERA CON CREMA DE FRUTOS SECOS
MARTES	PICOS INTEGRALES CON TOMATITOS Y QUESO
MIÉRCOLES	PIEZA DE FRUTA Y PUÑADITO DE FRUTOS SECOS
JUEVES	YOGUR NATURAL CON CHÍA HIDRATADA Y FRUTA
VIERNES	FRUTA Y CHOCOLATE CASERO
TIPS PARA UNA MERIENDA MÁS SALUDABLE	INGREDIENTES: 150g de chocolate 85% 2 cdas de aceite de coco 30g quinoa hinchada 50g almendras en cubitos CHOCOLATE CASERO PREPARACIÓN: 1) Derretir el chocolate junto al aceite de coco (baño maría o microondas en intervalos de 30sec) 2) Cuando esté listo, añadir almendra y quinoa hinchada y mezclarlo 3) Vierte la mezcla en un molde, extiende la mezcla uniforme y déjalo en la nevera toda la noche

¿SABÍAS QUE...?

¿El calcio se puede obtener de fuentes diferentes a los lácteos?
Sí, como son **col, brócoli o coliflor, almendras, sésamo, alubias o garbanzos**.
La salud ósea depende del calcio (obtenido de vías sin azúcares), ejercicio, alimentos ricos en vitamina K, absorción de vitamina D.

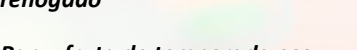
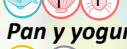
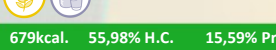
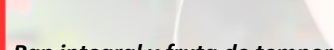
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña  Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz  Pan y yogur  689kcal. 54,09% H.C. 14,10% Prot. 31,80% Lip. 2g AGS. 105mg Ca. 4mg Fe. 625ug A.	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla)  Pollo asado en su jugo con patatas panaderas  Pan y fruta de temporada eco  702kcal. 51,18% H.C. 14,96% Prot. 35,08% Lip. 6g AGS. 199mg Ca. 4mg Fe. 956ug A.	4 Tallarines a la boloñesa  Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada  Pan y fruta de temporada  615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.	5 Guiso de alubias pintas ecológicas  Tortilla francesa con atún y ensalada verde  Pan integral y fruta de temporada  623kcal. 51,32% H.C. 15,74% Prot. 30,42% Lip. 3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)  Cinta de lomo adobada con arroz rehogado  Pan y fruta de temporada eco  641kcal. 54,18% H.C. 11,96% Prot. 35,08% Lip. 6g AGS. 211gm Ca. 6mg Fe. 736ug A.
9 Macarrones integrales salteados al ajillo  Merluza al horno con pisto de verduras  Pan y yogur  657kcal. 52,08% H.C. 15,44% Prot. 32,80% Lip. 6g AGS. 248gm Ca. 3mg Fe. 715ug A.	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos  Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)  Pan y fruta de temporada  689kcal. 51,38% H.C. 14,82% Prot. 35,36% Lip. 4g AGS. 119gm Ca. 3mg Fe. 840ug A.	11 Arroz meloso con pollo  Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz  Pan y fruta de temporada  618kcal. 48,81% H.C. 15,84% Prot. 35,67% Lip. 6g AGS. 162gm Ca. 3mg Fe. 480ug A.	12 Judías blancas estofadas con verduras  Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria  Pan integral y fruta de temporada  677kcal. 54,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 97gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	13 Coliflor en salsa de queso gratinada  Lacón a la gallega con patatas cachelo  Pan y fruta de temporada  645kcal. 51,08% H.C. 15,78% Prot. 33,51% Lip. 6g AGS. 117gm Ca. 4mg Fe. 662ug A.
16 Puré de zanahoria y puerro  Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa  Pan y yogur  679kcal. 55,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 157gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	17 Guisantes eco salteados con pavo  Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha  Pan y fruta de temporada  651kcal. 51,20% H.C. 15,67% Prot. 32,87% Lip. 3g AGS. 114gm Ca. 5mg Fe. 735ug A.	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano)  Salmón a la naranja y ensalada variada  Pan y fruta de temporada  680kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip. 5g AGS. 112gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada  Pavo en pepitoria con patatas  Pan integral y fruta de temporada  653kcal. 51,85% H.C. 12,05% Prot. 36,01% Lip. 2g AGS. 187gm Ca. 2mg Fe. 140ug A.	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)  Köfte (albóndigas con perejil) con verduras  Pan y fruta de temporada  695kcal. 52,18% H.C. 16,96% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 159gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria)  Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado  Pan y yogur  679kcal. 55,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 157gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata)  Merluza en salsa con salteado de verduras  Pan y fruta de temporada  680kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip. 5g AGS. 112gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.	25 Arroz en salsa napolitana  Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha  Pan y fruta de temporada  623kcal. 51,32% H.C. 15,74% Prot. 30,42% Lip. 3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.	26 Sopa de cocido con fideos  Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)  Pan integral y fruta de temporada  615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.	27 Patatas guisadas con magro  Delicias de bacalao con ensalada variada  Pan y fruta de temporada  615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento UE 1169/2011 (Información alimentaria) se deberá informar sobre los posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados.

Hostur
Celebridades y Turismo



La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

2 Stewed lentils with chorizo Ham croquettes with salad (lettuce and corn) Bread and yoghurt 689kcal. 54,09% H.C. 14,10% Prot. 31,80% Lip. 2g AGS. 105mg Ca. 4mg Fe. 625ug A.	3 Green beans with ham and onion Stewed chicken with potatoes Bread and eco fruit 702kcal. 51,18% H.C. 14,96% Prot. 35,08% Lip. 6g AGS. 199mg Ca. 4mg Fe. 956ug A.	4 Bolognese pasta Haddock fish with sauce and sauteed baby carrot Bread and fruit 615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.	5 Stewed eco red beans French omelette with tuna fish and green salad Wholemeal bread and fruit 623kcal. 51,32% H.C. 15,74% Prot. 30,42% Lip. 3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.	6 Vegetable eco cream (broccoli, onion, leek and potato) Loin pork with sauteed rice Bread and eco fruit 641kcal. 54,18% H.C. 11,96% Prot. 35,08% Lip. 6g AGS. 211gm Ca. 6mg Fe. 736ug A.
9 Wholemeal pasta with garlic Baked hake with ratatouille Bread and yoghurt 657kcal. 52,08% H.C. 15,44% Prot. 32,80% Lip. 6g AGS. 248gm Ca. 3mg Fe. 715ug A.	10 Eco noodle soup Chickpeas, carrot, veal and chorizo Bread and fruit 689kcal. 51,38% H.C. 14,82% Prot. 35,36% Lip. 4g AGS. 119gm Ca. 3mg Fe. 840ug A.	11 Rice with chicken Breaded monkfish with salad (lettuce and corn) Bread and fruit 618kcal. 48,81% H.C. 15,84% Prot. 35,67% Lip. 6g AGS. 162gm Ca. 3mg Fe. 480ug A.	12 Stewed White beans with Scrambled eggs with salad (lettuce, corn and beet) Wholemeal bread and fruit 677kcal. 54,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 97gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	13 Gratin cauliflower with cheese sauce Galician-style pork with potatoes Bread and fruit 645kcal. 51,08% H.C. 15,78% Prot. 33,51% Lip. 6g AGS. 117gm Ca. 4mg Fe. 662ug A.
16 Carrot and leek cream Breaded haddock fish with salad (lettuce, carrot and quinoa) Bread and yoghurt 679kcal. 55,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 157gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	17 Eco peas with sauteed turkey Potato omelette with salad (lettuce, corn and beet) Bread and fruit 651kcal. 51,20% H.C. 15,67% Prot. 32,87% Lip. 3g AGS. 114gm Ca. 5mg Fe. 735ug A.	18 Wholemeal spaghetti with tomato sauce Orange salmon with mixed salad Bread and fruit 680kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip. 5g AGS. 112gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.	19 Stewed eco lentils with vegetables Pepitoria turkey with potatoes Wholemeal bread and eco fruit 653kcal. 51,85% H.C. 12,05% Prot. 36,01% Lip. 2g AGS. 187gm Ca. 2mg Fe. 140ug A.	20 Pilaf rice with vegetables (carrot, peas, zucchini and lime) Köfte (meatballs with parsley) with vegetables Bread and fruit 695kcal. 52,18% H.C. 16,96% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 159gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.
23 Queen cream (potato, chicken and carrot) Breaded pork loin with sauteed couscous Bread and yoghurt 679kcal. 55,98% H.C. 15,59% Prot. 30,84% Lip. 3g AGS. 157gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.	24 Stewed beans with chorizo and potato Hake with sauce and sauteed vegetables Bread and fruit 680kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip. 5g AGS. 112gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.	25 Rice with napolitan sauce Scrambled eggs with turkey sausages and salad (lettuce and beet) Bread and fruit 623kcal. 51,32% H.C. 15,74% Prot. 30,42% Lip. 3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.	26 Noodle soup Chickpeas, carrot, veal and chorizo Wholemeal bread and fruit 615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.	27 Roasted potatoes with pork Breaded cod fish with mixed salad Bread and fruit 615kcal. 50,32% H.C. 16,74% Prot. 33,42% Lip. 4g AGS. 120mg Ca. 5mg Fe. 522ug A.

As established in EU Regulation 1169/2011 (Food Information), it is required to inform about possible allergens present in processed foods.

Hostur
Cocineros y Turistas



The recommended fruit may vary daily if its ripeness is not suitable for consumption.

Milk as a complement to the menu every day.

EN FEBRERO

FEBRERO LLEGA ALARGANDO
LAS TARDES EN MADRID Y EN
EL RECETARIO DE LOS
HOSTURCITOS EMPIEZAN A
FLOTAR AROMAS QUE ANTES
NO ESTABAN ALLÍ, ESE OLOR,
LOS ENVUELVE Y LOS LLEVA
AL IMPERIO OTOMANO DEL
SIGLO XVI.



**CEIP
HERNÁN CORTÉS**
ALERGIAS E INTOLERANCIAS



EN EL BAZAR, JUNTO A EMRE,
ENTIENDEN QUE LA RUTA DE LAS
ESPECIAS UNIÓ CULTURAS
MUCHO ANTES DE QUE
EXISTIERAN LAS FRONTERAS.



**¡ IMPERIO OTOMANO
TURQUÍA
SIGLO XVI !**

Hostur
Colectividades y Turismo S.L.

hostur1993



Hola, soy Emre. Este es el
gran bazar de Kostantiniyye;
desde aquí salen las especias
a otros países.

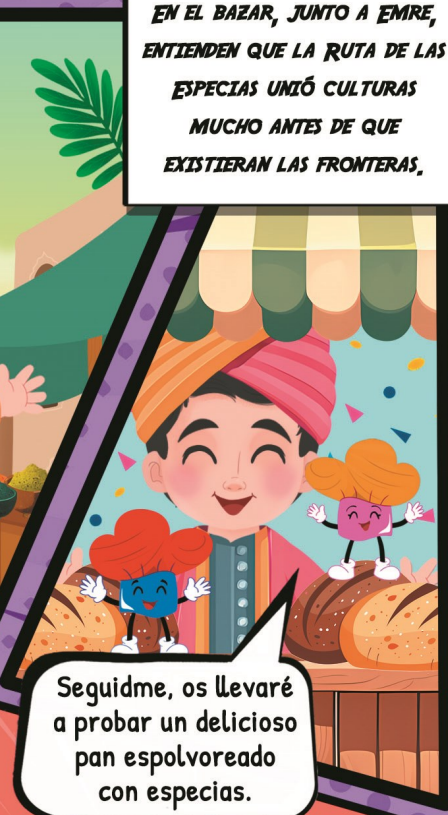
¡Mira cuántos
colores!



¿Y vosotros
quiénes sois?

Somos exploradores
del sabor.

Huele como los
dulces de canela
de mamá.



Seguidme, os llevaré
a probar un delicioso
pan espolvoreado
con especias.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de Hostur Colectividades, siguiendo las
recomendaciones de la CAM. Registro Sanitario: 26.00013614/M.
Información: 91 570 84 57 / nutricion@hosturcolectividades.es

Valoraciones nutricionales basadas en una dieta aproximada de 2.000 kcal
diarias para niños y niñas de 6 a 9 años.

SUGERENCIA DE CENAS

Si has comido
en el cole...

PRIMEROS PLATOS
Legumbre, patatas, pasta o arroz
Verdura o puré de verdura

SEGUNDOS PLATOS
Carne de ternera, cerdo o ave
Pescado
Huevo

POSTRES
Fruta
Lácteo

... en casa
puedes cenar:

PRIMEROS PLATOS
Verduras, puré de verdura o ensalada
Patatas, pasta o sopas

SEGUNDOS PLATOS
Pescado o huevo
Carne de ternera, cerdo, ave o huevo
Carne de ternera, cerdo, ave o pescado

POSTRES
Lácteo o fruta
Fruta

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> Pan integral y fruta de temporada	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> Pan y yogur	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento UE 1169/2011 (Información alimentaria) se deberá informar sobre los posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados.

Hostur
Celebidades y Turismo



La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur</i>	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 Tallarines a la boloñesa <i>Pavo al horno en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Pollo al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 Arroz meloso con pollo <i>Pavo asado en salsa con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Magro de cerdo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur</i>	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Pavo en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	27 Patatas guisadas con magro <i>Pollo en salsa de verduras con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras <i>Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	4 Tallarines con salsa de tomate casera Pavo al horno en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Pollo al horno con pisto de verduras Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos, zanahoria, ternera, patata Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	11 Arroz meloso con pollo Pavo asado en salsa con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)
16 Puré de zanahoria y puerro Magro de cerdo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Köfte (albóndigas con perejil) con verduras Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) Pavo en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	25 Arroz en salsa napolitana Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	26 Sopa de cocido con fideos Garbanzos, zanahoria, ternera, patata Pan integral y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)	27 Patatas guisadas con magro Pollo en salsa de verduras con ensalada variada Pan y fruta de temporada (no frutas con pelo) (no melocotón) (no melón) (no piel de frutas)

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebidades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Patatas guisadas con verduras (no tomate, no brócoli) Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz (STG) ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur	3 Asado de verduras (no tomate, no brócoli) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada ecológica (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	4 Tallarines (STG) salteados con calabacín Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	5 Arroz a la jardinera de verduras (no judías verdes, guisantes, tomate ni brócoli) Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	6 Crema de puerro y patata Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)
9 Macarrones (STG) salteados al ajillo Merluza al horno con salteado de calabacín y berenjena Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos (STG) Ternera, zanahoria, patata, repollo Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	12 Judías blancas estofadas con verduras (no tomate, no brócoli) Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur	17 Verdura tricolor (coliflor, zanahoria, calabacín) Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	18 Espaguetis (STG) al ajillo Salmón al horno y ensalada variada (no tomate) Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	19 Crema de calabacín Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	20 Arroz pilaf con calabacín y zanahoria Albóndigas de pollo (STG) con verduras Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur	24 Patatas con verduras (zanahoria, cebolla, pimiento rojo y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras (no tomate, no brócoli) Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	25 Arroz salteado Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	26 Sopa de cocido con fideos (STG) Ternera, zanahoria, patata, repollo Pan integral y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)	27 Patatas guisadas con magro Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada (no tomate) Pan y fruta de temporada (no kiwi) (no mandarina) (no naranja)

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebrazamos el Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Patatas guisadas con verduras (no tomate, no brócoli) Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz (STG) ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur natural o plátano	3 Asado de verduras (no tomate) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada ecológica (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	4 Tallarines (STG) salteados con calabacín Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	5 Arroz a la jardinera de verduras (no judías verdes, guisantes, tomate) Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	6 Crema de puerro y patata Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)
9 Macarrones (STG) salteados al ajillo Merluza al horno con salteado de calabacín y berenjena Pan y yogur natural o plátano	10 Sopa de cocido con fideos (STG) Ternera, zanahoria, patata, repollo Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	12 Judías blancas estofadas con verduras (no tomate, no brócoli) Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur natural o plátano	17 Verdura tricolor (coliflor, zanahoria, calabacín) Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	18 Espaguetis (STG) al ajillo Salmón al horno y ensalada variada (no tomate) Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	19 Crema de calabacín Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	20 Arroz pilaf con calabacín y zanahoria Albóndigas de pollo (STG) con verduras Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur natural o plátano	24 Patatas con verduras (zanahoria, cebolla, pimiento rojo y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras (no tomate) Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	25 Arroz salteado Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	26 Sopa de cocido con fideos (STG) Ternera, zanahoria, patata, repollo Pan integral y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)	27 Patatas guisadas con magro Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada (no tomate) Pan y fruta de temporada (no kiwi, melocotón, fresa, ciruela, piña, melón, albaricoque, naranja)

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebrazamos el Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> Pan integral y fruta de temporada	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> Pan y yogur	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 <i>Lentejas estofadas a la madrileña</i> <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur natural</i>	3 <i>Asado de verduras</i> <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco (manzana o pera pelada)</i>	4 <i>Tallarines a la boloñesa</i> <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	5 <i>Guiso de alubias pintas ecológicas</i> <i>Tortilla francesa y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	6 <i>Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)</i> <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco (manzana o pera pelada)</i>
9 <i>Macarrones integrales salteados al ajillo</i> <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur natural</i>	10 <i>Sopa de cocido con fideos ecológicos</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	11 <i>Arroz meloso con pollo</i> <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	12 <i>Judías blancas estofadas con verduras</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	13 <i>Coliflor en salsa de queso gratinada</i> <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>
16 <i>Puré de zanahoria y puerro</i> <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur natural</i>	17 <i>Guisantes eco salteados con pavo</i> <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	18 <i>Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano)</i> <i>Pollo a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	19 <i>Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada</i> <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	20 <i>Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)</i> <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>
23 <i>Crema reina (patata, pollo y zanahoria)</i> <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur natural</i>	24 <i>Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata)</i> <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	25 <i>Arroz en salsa napolitana</i> <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	26 <i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>	27 <i>Patatas guisadas con magro</i> <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada (manzana o pera pelada)</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras Tiras de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur natural	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur natural	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos, ternera, zanahoria, repollo Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo Rape al horno con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada	13 Crema de coliflor Lacón a la gallega con ensalada verde (lechuga y pepino) Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur natural	17 Guisantes eco salteados con zanahoria Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y orégano Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con ensalada variada Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Albóndigas de pollo caseras con verduras Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate Pan y yogur natural	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos Garbanzos, ternera, zanahoria, repollo Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con magro Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras Tiras de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur natural sin azúcar	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur natural sin azúcar	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos, ternera, zanahoria, repollo Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo Rape al horno con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada	13 Crema de coliflor Lacón a la gallega con ensalada verde (lechuga y pepino) Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur natural sin azúcar	17 Guisantes eco salteados con zanahoria Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y orégano Salmón al horno y ensalada variada Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con ensalada variada Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Albóndigas de pollo caseras con verduras Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate Pan y yogur natural sin azúcar	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada	25 Arroz con salsa de tomate casera Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos Garbanzos, ternera, zanahoria, repollo Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con zanahoria Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras <i>Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Pavo en salsa de verduras con arroz rehogado</i> Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos (con caldo de verduras) <i>Garbanzos, ternera, zanahoria, patata</i> Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> Pan integral y fruta de temporada	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Pollo guisado con patatas cachelo</i> Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Albóndigas de pollo con verduras</i> Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Pavo asado con cuscús ecológico salteado</i> Pan y yogur	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas de pavo y ensalada de lechuga y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos (con caldo de verduras) <i>Garbanzos, ternera, zanahoria, patata</i> Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con zanahoria <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA



Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo



La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Pavo en salsa de verduras con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos (con caldo de verduras) Garbanzos, ternera, zanahoria, patata Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Pollo guisado con patatas cachelo Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Albóndigas de pollo con verduras Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Pavo asado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana Huevos revueltos con salchichas de pavo y ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos (con caldo de verduras) Garbanzos, ternera, zanahoria, patata Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con zanahoria Delicias de bacalao con ensalada variada Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA



Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
 Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
 Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
 Sin leguminosas (SLG)



La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras <i>Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y yogur	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Pavo en salsa de verduras con arroz rehogado</i> Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> Pan y yogur	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos (con caldo de verduras) <i>Garbanzos, ternera, zanahoria, patata</i> Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> Pan integral y fruta de temporada	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Pollo guisado con patatas cachelo</i> Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> Pan y yogur	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Albóndigas de pollo con verduras</i> Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Pavo asado con cuscús ecológico salteado</i> Pan y yogur	24 Judías blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> Pan y fruta de temporada	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas de pavo y ensalada de lechuga y remolacha</i> Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos (con caldo de verduras) <i>Garbanzos, ternera, zanahoria, patata</i> Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con zanahoria <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA



Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 <i>Lentejas (SG) estofadas a la madrileña</i> <i>Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz (SG) y ensalada (lechuga y maíz)</i> <i>Pan (SG) y yogur</i>	3 <i>Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla)</i> <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada eco</i>	4 <i>Tallarines (SG) a la boloñesa</i> <i>Abadejo en salsa (SG) con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	5 <i>Guiso de alubias pintas ecológicas</i> <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	6 <i>Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)</i> <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada eco</i>
9 <i>Macarrones (SG) salteados al ajillo</i> <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan (SG) y yogur</i>	10 <i>Sopa de cocido con fideos (SG)</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	11 <i>Arroz meloso con pollo</i> <i>Rape a la madrileña (SG) con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	12 <i>Judías blancas estofadas con verduras</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	13 <i>Coliflor en salsa de queso gratinada (SG)</i> <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>
16 <i>Puré de zanahoria y puerro</i> <i>Abadejo a la romana (SG) con ensalada (lechuga, zanahoria y quinoa)</i> <i>Pan (SG) y yogur</i>	17 <i>Guisantes eco salteados con pavo</i> <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	18 <i>Espaguetis (SG) a la italiana (tomate, queso y orégano)</i> <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	19 <i>Lentejas (SG) guisadas con verduritas de temporada</i> <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	20 <i>Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)</i> <i>Albóndigas de pollo (SG) con verduras</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>
23 <i>Crema reina (patata, pollo y zanahoria)</i> <i>Lomo de cerdo empanado (SG) con arroz salteado</i> <i>Pan (SG) y yogur</i>	24 <i>Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata)</i> <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	25 <i>Arroz en salsa napolitana</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	26 <i>Sopa de cocido con fideos (SG)</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>	27 <i>Patatas guisadas con magro</i> <i>Bacalao al horno en salsa con verduras con ensalada variada</i> <i>Pan (SG) y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 <i>Lentejas estofadas a la madrileña</i> <i>Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz y ensalada (lechuga y maíz)</i> <i>Pan y yogur</i>	3 <i>Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla)</i> <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 <i>Tallarines (SH) a la boloñesa</i> <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 <i>Guiso de alubias pintas ecológicas</i> <i>Pavo asado en salsa y ensalada verde</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	6 <i>Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)</i> <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 <i>Macarrones (SH) salteados al ajillo</i> <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 <i>Sopa de cocido con fideos (SH)</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 <i>Arroz meloso con pollo</i> <i>Rape a la madrileña (SH) con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 <i>Judías blancas estofadas con verduras</i> <i>Pollo guisado con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	13 <i>Coliflor en salsa de queso gratinada</i> <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 <i>Puré de zanahoria y puerro</i> <i>Abadejo a la romana (SH) con ensalada (lechuga, zanahoria y quinoa)</i> <i>Pan y yogur</i>	17 <i>Guisantes eco salteados con pavo</i> <i>Pollo al horno con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 <i>Espaguetis (SH) con salsa de tomate casera</i> <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 <i>Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada</i> <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	20 <i>Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)</i> <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 <i>Crema reina (patata, pollo y zanahoria)</i> <i>Lomo de cerdo empanado (SH) con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 <i>Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata)</i> <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 <i>Arroz con salsa de tomate casera</i> <i>Salchichas de pavo al horno y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 <i>Sopa de cocido con fideos (SH)</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	27 <i>Patatas guisadas con magro</i> <i>Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Tiras de cerdo fritas rebozadas con harina de maíz y ensalada (lechuga y maíz)</i> Pan y yogur natural, fresa o plátano	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> Pan y fruta de temporada eco (no kiwi)	4 Tallarines (SH) a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Pavo asado en salsa y ensalada verde</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> Pan y fruta de temporada eco (no kiwi)
9 Macarrones (SH) salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> Pan y yogur natural, fresa o plátano	10 Sopa de cocido con fideos (SH) <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña (SH) con ensalada de lechuga y maíz</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Pollo guisado con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana (SH) con ensalada (lechuga, zanahoria y quinoa)</i> Pan y yogur natural, fresa o plátano	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Pollo al horno con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	18 Espaguetis (SH) con salsa de tomate casera <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado (SH) con cuscús ecológico salteado</i> Pan y yogur natural, fresa o plátano	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	25 Arroz con salsa de tomate casera <i>Salchichas de pavo al horno y ensalada de lechuga y remolacha</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	26 Sopa de cocido con fideos (SH) <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)	27 Patatas guisadas con magro <i>Bacalao al horno en salsa de verduras con ensalada variada</i> Pan y fruta de temporada (no kiwi)

JORNADA GASTRONÓMICA



Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo



La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 <i>Lentejas estofadas con verduras</i> <i>Tiras de cerdo rebozadas con harina de maíz con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur de soja</i>	3 <i>Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla)</i> <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 <i>Tallarines con salsa de tomate casera</i> <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 <i>Guiso de alubias pintas ecológicas</i> <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	6 <i>Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)</i> <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 <i>Macarrones integrales salteados al ajillo</i> <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur de soja</i>	10 <i>Sopa de cocido con fideos ecológicos (con caldo vegetal)</i> <i>Garbanzos, zanahoria, pollo, patata</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 <i>Arroz meloso con pollo</i> <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 <i>Judías blancas estofadas con verduras</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	13 <i>Crema de coliflor</i> <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 <i>Puré de zanahoria y puerro</i> <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur de soja</i>	17 <i>Guisantes eco salteados con zanahoria</i> <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 <i>Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y orégano</i> <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 <i>Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada</i> <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	20 <i>Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)</i> <i>Albóndigas de pollo (SL) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 <i>Crema reina (patata, pollo y zanahoria)</i> <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur de soja</i>	24 <i>Alubias blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimiento rojo y verde)</i> <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 <i>Arroz con salsa de tomate casera</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 <i>Sopa de cocido con fideos ecológicos (con caldo vegetal)</i> <i>Garbanzos, zanahoria, pollo, patata</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	27 <i>Patatas guisadas con magro</i> <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas con verduras Tiras de cerdo rebozadas con harina de maíz con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur (SL)	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, ajo y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco	4 Tallarines con salsa de tomate casera Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur (SL)	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos, zanahoria, ternera, patata Pan y fruta de temporada	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada	13 Crema de coliflor Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur (SL)	17 Guisantes eco salteados con zanahoria Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada	18 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y orégano Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Albóndigas de pollo (SL) con verduras Pan y fruta de temporada
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur (SL)	24 Alubias blancas con verduras (zanahoria, cebolla, patata, pimienta roja y verde) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada	25 Arroz con salsa de tomate casera Huevos revueltos con ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada	26 Sopa de cocido con fideos ecológicos (I) Garbanzos, zanahoria, ternera, patata Pan integral y fruta de temporada	27 Patatas guisadas con magro Delicias de bacalao con ensalada variada Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur natural, fresa o plátano</i>	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco (no piel de melocotón)</i>	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco (no piel de melocotón)</i>
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur natural, fresa o plátano</i>	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur natural, fresa o plátano</i>	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur natural, fresa o plátano</i>	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón)</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur natural, fresa o plátano	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco (no piel de melocotón) (no kiwi)	4 Tallarines a la boloñesa Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco (no piel de melocotón) (no kiwi)
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur natural, fresa o plátano	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo) Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur natural, fresa o plátano	17 Guisantes eco salteados con pavo Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria con patatas Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Köfte (albóndigas con perejil) con verduras Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur natural, fresa o plátano	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	25 Arroz en salsa napolitana Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	26 Sopa de cocido con fideos Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo) Pan integral y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)	27 Patatas guisadas con magro Delicias de bacalao con ensalada variada Pan y fruta de temporada (no piel de melocotón) (no kiwi)

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Pan y yogur natural, fresa o plátano	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) Pollo asado en su jugo con patatas panaderas Pan y fruta de temporada eco (no melocotón) (no kiwi)	4 Tallarines a la boloñesa Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	5 Guiso de alubias pintas ecológicas Tortilla francesa con atún y ensalada verde Pan integral y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) Cinta de lomo adobada con arroz rehogado Pan y fruta de temporada eco (no melocotón) (no kiwi)
9 Macarrones integrales salteados al ajillo Merluza al horno con pisto de verduras Pan y yogur natural, fresa o plátano	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo) Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	11 Arroz meloso con pollo Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	12 Judías blancas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria Pan integral y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	13 Coliflor en salsa de queso gratinada Lacón a la gallega con patatas cachelo Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)
16 Puré de zanahoria y puerro Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y yogur natural, fresa o plátano	17 Guisantes eco salteados con pavo Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) Salmón a la naranja y ensalada variada Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada Pavo en pepitoria patatas Pan integral y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) Köfte (albóndigas con perejil) con verduras Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado Pan y yogur natural, fresa o plátano	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) Merluza en salsa con salteado de verduras Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	25 Arroz en salsa napolitana Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	26 Sopa de cocido con fideos Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo) Pan integral y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)	27 Patatas guisadas con magro Delicias de bacalao con ensalada variada Pan y fruta de temporada (no melocotón) (no kiwi)

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur</i>	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur</i>	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebidades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur</i>	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur</i>	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebidades y Turismo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 <i>Lentejas estofadas a la madrileña</i> <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur</i>	3 <i>Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla)</i> <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 <i>Tallarines a la boloñesa</i> <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 <i>Guiso de alubias pintas ecológicas</i> <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	6 <i>Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata)</i> <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 <i>Macarrones integrales salteados al ajillo</i> <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 <i>Sopa de cocido con fideos ecológicos</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 <i>Arroz meloso con pollo</i> <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 <i>Judías blancas estofadas con verduras</i> <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	13 <i>Coliflor en salsa de queso gratinada</i> <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 <i>Puré de zanahoria y puerro</i> <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur</i>	17 <i>Guisantes eco salteados con pavo</i> <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 <i>Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano)</i> <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 <i>Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada</i> <i>Pavo en pepitoria con patata</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	20 <i>Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón)</i> <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 <i>Crema reina (patata, pollo y zanahoria)</i> <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 <i>Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata)</i> <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 <i>Arroz en salsa napolitana</i> <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 <i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan integral y fruta de temporada</i>	27 <i>Patatas guisadas con magro</i> <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Lentejas estofadas a la madrileña <i>Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y yogur</i>	3 Judías verdes a la francesa (judías verdes, jamón y cebolla) <i>Pollo asado en su jugo con patatas panaderas</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>	4 Tallarines a la boloñesa <i>Abadejo en salsa con zanahoria baby salteada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	5 Guiso de alubias pintas ecológicas <i>Tortilla francesa con atún y ensalada verde</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	6 Crema hortelana ecológica (brócoli, cebolla, puerro y patata) <i>Cinta de lomo adobada con arroz rehogado</i> <i>Pan y fruta de temporada eco</i>
9 Macarrones integrales salteados al ajillo <i>Merluza al horno con pisto de verduras</i> <i>Pan y yogur</i>	10 Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	11 Arroz meloso con pollo <i>Rape a la madrileña con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	12 Judías blancas estofadas con verduras <i>Huevos revueltos con ensalada de lechuga, remolacha y zanahoria</i> <i>Pan fruta de temporada</i>	13 Coliflor en salsa de queso gratinada <i>Lacón a la gallega con patatas cachelo</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
16 Puré de zanahoria y puerro <i>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa</i> <i>Pan y yogur</i>	17 Guisantes eco salteados con pavo <i>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	18 Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso y orégano) <i>Salmón a la naranja y ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	19 Lentejas ecológicas guisadas con verduritas de temporada <i>Pavo en pepitoria con patatas</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	20 Arroz pilaf con verduras (zanahoria, guisantes, calabacín y limón) <i>Köfte (albóndigas con perejil) con verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>
23 Crema reina (patata, pollo y zanahoria) <i>Lomo de cerdo empanado con cuscús ecológico salteado</i> <i>Pan y yogur</i>	24 Fabada asturiana (judías blancas, chorizo y patata) <i>Merluza en salsa con salteado de verduras</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	25 Arroz en salsa napolitana <i>Huevos revueltos con salchichas y ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	26 Sopa de cocido con fideos <i>Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>	27 Patatas guisadas con magro <i>Delicias de bacalao con ensalada variada</i> <i>Pan y fruta de temporada</i>

JORNADA GASTRONÓMICA

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Celebidades y Turismo

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.