

Semana del 25 al 28 de marzo de 2025	SEMANA 1	Primeros	ARROZ A LA CUBANA	LENTEJAS CASTELLANAS	FIDEUA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO	CREMA DE CALABACIN
		Segundos	SALMON AL HORNO	BACALAO EN PAPILLOTE	POLLO AL CHILINDRON	COCIDO COMPLETO	TORTILLA DE YORK
		Guarnición	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	CHAMPIÑON AL AJILLO		ENSALADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 646,5 22,1 36,2 60,0 715,9 38,3 25,7 88,5 847,9 46,7 33,2 96,1 721,3 30,8 31,7 83,3 815,4 33,2 35,9 96,6	Pasta + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
Semana del 31 de marzo al 4 de abril de 2025	SEMANA 2	Primeros	JUDIAS VERDES CON PATATAS	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS	PAELLA DE MARISCO	MACARRONES CON ATUN	POTAJE DE GARBANZOS
		Segundos	PALOMETA AL AJILLO	DORADA A LA SAL	ROTTI DE PAVO	TORTILLA DE QUESO	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO
		Guarnición	PATATAS PANADERAS	PIMIENTOS ASADOS	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 732,6 29,2 30,4 91,1 677,6 35,4 25,4 80,0 785,6 38,5 26,4 104,4 735,3 36,4 27,8 90,1 636,0 33,4 32,1 56,7	Verdura + Carne + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Pasta + Ave + Fruta
Semana del 13 al 17 de enero de 2025 / Semana del 7 al 11 de abril	SEMANA 3	Primeros	ESPAGUETIS GRATINADOS	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ	PATATAS RIOJANA	JUDIAS BLANCAS GUIADAS	CREMA VICHYSOISE
		Segundos	MERLUZA EN SALSA VERDE	ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA	CABALLA AL HORNO	ALITAS DE POLLO ASADAS	REVUELTO DE BONITO
		Guarnición	GUISANTES REHOGADOS	ZANAHORIA AL AJILLO	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 637,5 25,6 34,2 60,0 788,4 42,2 27,7 97,9 734,4 30,1 40,3 67,0 718,0 50,4 22,6 80,3 798,2 38,5 29,2 102,4	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta
Semana del 20 al 24 de enero de 2025	SEMANA 4	Primeros	MENESTRA REHOGADA	CODITOS A LA ITALIANA	SOPA DE COCIDO	ARROZ CINCO DELICIAS	LENTEJAS CON VERDURAS
		Segundos	TORTILLA DE PATATA CON CEBOLLA	GALLO AL LIMON	COCIDO COMPLETO	CHULETA DE SAJONIA	ATUN CON TOMATE
		Guarnición	ENSALADA	ENSALADA		ENSALADA	PATATA ASADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	YOGURT Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 636,1 19,5 33,9 66,4 733,6 33,7 33,7 91,0 719,7 30,6 32,1 82,2 776,4 36,2 27,6 102,1 728,9 36,6 25,6 92,1	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
Semana del 27 al 31 de enero de 2025	SEMANA 5	Primeros	ARROZ CON TOMATE	FABADA	CREMA DE CALABAZA	TALLARINES BOLOÑESA	GUISANTES A LA FRANCESA
		Segundos	CROQUETAS DE BAGALAO	TORTILLA DE ESPINACAS	TERNERA A LA JARDINERA	EMPERADOR CON SALSA DE AJO Y PEREJIL	MUSLOS DE POLLO AL AJILLO
		Guarnición	ENSALADA	ENSALADA	PATATAS DADO	CHAMPIÑON AL AJILLO	ENSALADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 825,0 16,7 29,0 132,4 707,5 28,5 32,0 80,9 690,5 32,1 32,2 69,9 751,1 34,9 30,1 90,3 756,3 53,3 36,4 57,3	Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
Semana del 3 al 7 de febrero de 2025	SEMANA 6	Primeros	COLIFLOR AL GRATEN	GARBANZOS CON ARROZ	MARMITAKO	SOPA DE FIDEOS Y VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS
		Segundos	CAZON ADOBADO	COSTILLAS ASADAS	REVUELTO DE CHAMPIÑON	SALCHICHAS DE PAVO	LENGUADO MENIER
		Guarnición	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ARROZ PILAF	ENSALADA
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN
		Propuesta Cenas	VN 691,1 25,1 29,3 86,4 822,5 29,8 40,0 91,2 667,0 29,1 37,2 58,0 772,6 35,4 15,7 104,9 667,5 35,2 23,6 83,9	Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono

Semana del 10 al 14 de febrero de 2025	SEMANA 7	Primeros	CREMA DE ZANAHORIA	JUDIAS PINTAS CON CHORIZO	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO	LASAÑA BOLOÑESA													
		Segundos	MARRAJO CON TOMATE	HALIBUT EN PAPILLOTE	ESCALOPE DE POLLO	COCIDO COMPLETO	TORTILLA FRANCESA													
		Guarnición	PIMIENTOS ASADOS	VERDURAS ASADAS	ENSALADA		ENSALADA													
		Postre	YOGURT Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN													
		VN	782,0	21,1	30,5	112,3	739,8	37,9	28,0	89,4	780,2	35,5	24,9	110,2	721,3	30,8	31,7	83,3	637,1	28,5
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo			Patata + Huevo + Fruta		Verdura + Pescado + Fruta		Arroz + Ave + Lácteo		Pasta + Carne + Fruta										
Semana del 17 al 21 de febrero de 2025	SEMANA 8	Primeros	JUDIAS VERDES CON TOMATE	LENTEJAS CASTELLANAS	ESPIRALES SALTEADOS CON ATUN	POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS	ARROZ A LA CUBANA													
		Segundos	TORTILLA DE PATATA	BACALAO AJOARRIERO	BROCHETAS DE SOLOMILLO DE CERDO	SALMON AL VAPOR	JAMONCITOS DE PAVO ASADOS													
		Guarnición	ENSALADA	PATATA PANADERA	ENSALADA	PISTO	ENSALADA													
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN													
		VN	678,0	20,5	34,0	76,1	737,9	39,0	25,7	93,7	823,7	41,5	35,3	90,7	777,0	37,2	30,6	89,5	829,6	33,7
Propuesta Cenas	Pasta + Ave + Fruta		Arroz + Huevo + Lácteo		Verdura + Pescado + Fruta		Patata + Carne + Fruta		Verdura + Pescado + Lácteo											
Semana del 24 al 26 de febrero de 2025	SEMANA 9	Primeros	CREMA DE VERDURAS	JUDIAS PINTAS ESTOFADAS	MACARRONES CARBONARA	ARROZ CON POLLO	GARBANZOS A LA VINAGRETA													
		Segundos	MAGRO DE CERDO CON TOMATE	EMPERADOR AL LIMON	TORTILLA DE CALABACÍN	MERLUZA EN SALSA VERDE	HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO													
		Guarnición	ZANAHORIA BABY	ENSALADA	ENSALADA	GUISANTES REHOGADOS	ENSALADA													
		Postre	YOGURT Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN													
		VN	773,0	22,3	39,0	88,4	680,1	35,9	25,4	79,9	682,9	32,7	32,5	67,7	788,8	39,0	25,5	108,2	814,6	33,1
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo		Arroz + Huevo + Fruta		Pasta + Pescado + Fruta		Verdura + Carne + Lácteo		Patata + Pescado + Fruta											
Semana del 3 al 7 de marzo de 2025	SEMANA 10	Primeros	BROCOLI AJOARRIERO	JUDIAS BLANCAS GUIADAS	ESPAGUETIS MARINERA	ARROZ CALDOSO CON VERDURAS	SOPA DE COCIDO													
		Segundos	NUGGETS DE POLLO	COLITAS DE RAPE A LA VIZCAINA	REVUELTO DE YORK	PALOMETA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO													
		Guarnición	ARROZ PILAF	PATATA ASADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA													
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN													
		VN	788,0	23,1	40,4	86,8	731,4	62,5	25,4	94,2	737,6	27,4	31,0	92,8	723,9	28,8	25,1	102,4	754,8	34,6
Propuesta Cenas	Pasta + Pescado + Lácteo		Arroz + Carne + Fruta		Verdura + Ave + Lácteo		Verdura + Huevo + Fruta		Patata + Pescado + Fruta											
Semana del 10 al 14 de marzo de 2025	SEMANA 11	Primeros	CREMA DE ESPINACAS	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ	PATATAS CON COSTILLA	JUDIAS PINTAS GUIADAS	CODITOS NAPOLITANA													
		Segundos	FRITURA ANDALUZA	LOMO DE CERDO ASADO	TORTILLA DE QUESO	CHULETA DE PAVO	LUBINA A LAS FINAS HIERBAS													
		Guarnición	ENSALADA	CALABACIN AL HORNO	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ENSALADA													
		Postre	YOGURT Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN													
		VN	754,1	26,7	44,0	66,3	741,6	41,0	25,5	90,6	639	32,17	32,74	58,54	685,3	40,9	23,3	79,8	697,7	30,9
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo		Pasta + Huevo + Fruta		Arroz + Carne + Fruta		Patata + Pescado + Lácteo		Verdura + Ave + Fruta											
Semana del 17 al 21 de marzo de 2025	SEMANA 12	Primeros	SOPA DE LLUVIA	ARROZ CANTONES	CREMA DE GUISANTES	COLIFLOR A LA ITALIANA	ALUBIAS BLANCAS CON MAGRO													
		Segundos	ALBONDIGAS CON TOMATE	GALLO AL HORNO	HUEVOS RELLENOS	CALDERETA DE CORDERO	FLETAN AL AJILLO													
		Guarnición	PATATAS DADO	ENSALADA	ENSALADA	ZANAHORIA SALTEADA	ENSALADA													
		Postre	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGURT Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN													
		VN	802,7	26,7	43,1	80,9	729,9	29,3	25,4	103,2	674,2	33,1	33,2	65,0	791,9	31,5	48,5	60,5	718,2	38,1
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta		Verdura + Carne + Lácteo		Pasta + Pescado + Fruta		Arroz + Huevo + Fruta		Patata + Ave + Lácteo											

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono