

CALENDARIO 2020

| ENERO | | | | | FEBRERO | | | | | MARZO | | | | | ABRIL | | | | |
|------------|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|
| L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V |
| | | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | 1 | 2 | 3 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | 30 | 31 | | | | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| MAYO | | | | | JUNIO | | | | | JULIO | | | | | AGOSTO | | | | |
| L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V |
| | | | | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 29 | 30 | | | | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | |
| SEPTIEMBRE | | | | | OCTUBRE | | | | | NOVIEMBRE | | | | | DICIEMBRE | | | | |
| L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V | L | M | X | J | V |
| | | 1 | 2 | 3 | | | | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | 1 | 2 | 3 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 28 | 29 | 30 | | | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 30 | | | | | 28 | 29 | 30 | 31 | |

- El rotativo de INVIERNO comprenderá los meses de noviembre a abril.
- El rotativo de VERANO comprenderá los meses de mayo a octubre.
- Se han incluido 2 días de menú sin proteína animal por rotación.
- Fruta ecológica:
 - 1er trimestre: 1 día por semana + desayunos
 - 2º trimestre: 2 días por semana + desayunos
 - 3er trimestre: toda la fruta será ecológica
- Legumbres y verduras ecológicas durante todo el curso.
- Aceite de oliva ecológico para uso en crudo y sofritos.
- Pastas y arroces ecológicos desde el 2º trimestre.
- Patata ecológica se introduce en el 3er trimestre.
- Se respetará el calendario de temporalidad aportado por los proveedores.

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|------------------------------------|--|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Kcal. 778 P. 31 Lip. 30 H.C. 91 | Kcal. 669 P. 35 Lip. 32 H.C. 65 | Kcal. 788 P. 41 Lip. 27 H.C. 93 | Kcal. 844 P. 50 Lip. 38 H.C. 72 | Kcal. 713 P. 21 Lip. 39 H.C. 67 |
| - MACARRONES NAPOLITANA | - JUDÍAS BLANCAS GUIADAS | - ARROZ MILANESA | - SOPA DE COCIDO CON FIDEOS | - CREMA DE CALABAZA |
| - LOMO PLANCHA | - HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA PRIMAVERAL | - BACALAO ORLY | - POLLO ASADO | - HUEVOS REVUELTOS |
| - ZANAHORIA | - PATATA Y GUISANTE | - ENSALADA | - VERDURAS SALTEADAS | - PATATAS |
| - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN | - LÁCTEO Y PAN INTEGRAL | - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN |
| Kcal. 679 P. 29 Lip. 41 H.C. 45 | Kcal. 755 P. 30 Lip. 25 H.C. 101 | Kcal. 869 P. 44 Lip. 43 H.C. 68 | Kcal. 683 P. 24 Lip. 30 H.C. 75 | Kcal. 714 P. 24 Lip. 16 H.C. 110 |
| - JUDÍAS VERDES REHOGADAS | - ARROZ BLANCO CON TOMATE | - LENTEJAS GUIADAS | - CREMA DE PUERROS | - PASTA SALTEADA |
| - CHULETA A LA PLANCHA | - MERLUZA A LA ROMANA | - JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA | - TORTILLA DE JAMÓN | - GARBANZOS REHOGADOS |
| - ENSALADA | - ENSALADA | - PATATA Y ZANAHORIA | - ENSALADA | - SOFRITO DE VERDURAS |
| - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN | - LÁCTEO Y PAN INTEGRAL | - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN |
| Kcal. 662 P. 24 Lip. 30 H.C. 69 | Kcal. 808 P. 26 Lip. 40 H.C. 82 | Kcal. 861 P. 40 Lip. 36 H.C. 90 | Kcal. 890 P. 37 Lip. 37 H.C. 100 | Kcal. 708 P. 42 Lip. 22 H.C. 75 |
| - CREMA DE VERDURAS | - SOPA DE PICADILLO | - ESPAGUETIS ITALIANA | - ARROZ CON VERDURAS | - ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS |
| - ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA | - HUEVOS GRATINADOS | - FILETE DE POLLO EMPANADO | - GUISO DE CABALLA | - MAGRO GUIADO |
| - PATATA Y GUISANTE | - ENSALADA | - ENSALADA | - PATATAS | - ZANAHORIA |
| - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN | - LÁCTEO Y PAN INTEGRAL | - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN |
| Kcal. 624 P. 24 Lip. 31 H.C. 59 | Kcal. 700 P. 35 Lip. 23 H.C. 84 | Kcal. 787 P. 27 Lip. 36 H.C. 84 | Kcal. 857 P. 28 Lip. 46 H.C. 81 | Kcal. 902 P. 36 Lip. 46 H.C. 78 |
| - BRÓCOLI AL HORNO | - FIDEUÁ DE VERDURAS | - SOPA DE COCIDO | - PURÉ DE CALABAZA | - LENTEJAS GUIADAS |
| - TORTILLA DE CHORIZO | - MERLUZA CON TOMATE | - COCIDO MADRILEÑO | - SAN JACOBO CASERO | - ROLLITOS DE VERDURAS |
| - ENSALADA | - SOFRITO DE VERDURAS | - LÁCTEO Y PAN INTEGRAL | - ENSALADA | - ENSALADA |
| - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN | | - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN |
| Kcal. 689 P. 22 Lip. 34 H.C. 68 | Kcal. 720 P. 31 Lip. 24 H.C. 94 | Kcal. 738 P. 32 Lip. 28 H.C. 82 | Kcal. 848 P. 42 Lip. 32 H.C. 93 | Kcal. 679 P. 39 Lip. 27 H.C. 65 |
| - PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIA | - ARROZ HORTELANO | - LENTEJAS CON VERDURAS | - ESPIRALES GRATINADAS | - GUISANTES REHOGADOS |
| - FILETE DE JAMÓN EMPANADO | - POLLO AL CURRY | - TORTILLA GUIADA | - BOQUERONES A LA ANDALUZA | - RAGOUT DE TERNERA |
| - ENSALADA | - PATATA DADO | - PUERRO Y ZANAHORIA | - ENSALADA | - PATATA Y CALABAZA |
| - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN | - LÁCTEO Y PAN INTEGRAL | - FRUTA FRESCA Y PAN | - FRUTA FRESCA Y PAN |

En cumplimiento del Reglamento (UE) N°1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos. Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

| Cena | ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA | SUGERENCIA PARA LA CENA |
|------|-----------------------------------|--|
| | Arroz, pasta, patata o legumbre | Verduras u hortalizas crudas o cocinadas |
| | Verduras | Arroz, pasta o patata |
| | Carnes | Pescado o huevo |
| | Pescados | Carne o huevo |
| | Huevo | Pescado o carne |
| | Fruta | Lácteo o fruta |
| | Lácteo | Fruta |