

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5 Arroz con Verduras Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Espaguetis con Tomate Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Menestra de Verduras Rehogada Jurel al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Patata + Lácteo	14 Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	15 <div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>
18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	19 Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	20 Macarrones con Tomate Tortilla Francesa Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	22 Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
25 Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	26 Garbanzos Estofados con Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	28 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	29 Coliflor a la Italiana Caballa en Aceite Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Verdura + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Espaguetis Boloñesa de Pollo Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Patata + Lácteo	14 Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	<div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>
18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19 Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	20 Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	22 Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
25 Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	28 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	29 Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Pasta Sin Gluten Boloñesa Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	14 Pasta Sin Gluten al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	15 <div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>
18 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	20 Pasta Sin Gluten con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	22 Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
25 Pasta sin gluten ni huevo con Verdura y Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	28 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	29 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Espaguetis Boloñesa de Pollo Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	14 Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	<div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>
18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	20 Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	22 Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Ave + Fruta
25 Espirales con Verdura y Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	28 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	29 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Paella Mixta Merluza al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Pasta Boloñesa Jurel al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	13 Crema de Calabacín ECO Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	14 Coditos al Gratén Jurel al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	<div style="text-align: center;">  FESTIVO </div>
18 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Calabacín al Horno Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	20 Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Cocido Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	22 Arroz Campesina Sin Guisantes Jurel al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
25 Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa Calabacín al Horno Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	28 Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	29 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Noviembre 2024

Sin Lactosa, Gluten, Huevo, Pimiento, Ajo ni Lechuga - CEIP Virgen de la

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Estofado de Patatas con Verduras sin Pimiento Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz con Verduras sin Pimiento Merluza al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Pasta Sin Gluten Boloñesa Jurel al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	8 Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta
11 Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	12 Sopa de Calabaza Salchichas de Pavo al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras sin Pimiento Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	14 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo) Caballa en Aceite Calabacín al Horno Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	
18 Estofado de Patatas con Verduras sin Pimiento Filete de Pollo al Horno Calabacín al Horno Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	20 Pasta Sin Gluten con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	22 Arroz Campesina sin Pimiento Jurel al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta
25 Pasta sin gluten ni huevo con Verdura y Tomate Caballa en Aceite Calabacín al Horno Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	26 Garbanzos Estofados con Patata Pollo Asado Arroz Pilaf Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Arroz con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Judías Blancas Estofadas con Verduras sin Pimiento Cinta de Lomo Adobada al Horno Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	29 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

NO SE UTILIZARÁ AJO NI PIMIENTO EN LA ELABORACIÓN DE LOS PLATOS
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)
 R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.