

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 18 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 22 Espirales con Tomate Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Ave + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 24 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Fideos Cocido Sin Chorizo Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Huevo + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Huevo + Fruta 30 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta
Cena: Pasta + Ave + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Verdura + Lácteo 18 Brócoli Salteado Tallarines con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Pescado + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo 22 Espirales con Tomate Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Guisantes Rehogados Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 24 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Huevo + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Huevo + Fruta 30 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Cena: Pasta + Verdura + Fruta	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	10 Estofado de Patatas con Verduras Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	12 Pasta Sin Gluten con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 18 Brócoli Salteado Pasta Sin Gluten Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 22 Pasta Sin Gluten con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Ave + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 24 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Huevo + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Huevo + Fruta 30 Arroz con Tomate Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta
Cena: Pasta + Ave + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 18 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 22 Espirales con Tomate Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Ave + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 24 Paella de Verduras Tortilla Francesa Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Fideos Cocido Sin Chorizo Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Verdura + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Huevo + Fruta 30 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta
Cena: Pasta + Ave + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

Menú Guadalajara Septiembre 2025

Sin Huevo ni Frutos secos - - CEIP Isidro Almazán

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Pasta Sin Huevo con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 18 Brócoli Salteado Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 22 Pasta Sin Huevo con Chorizo Cinta de Lomo Adobado al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 24 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Verdura + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Fruta 30 Arroz con Tomate Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta
Cena: Pasta + Verdura + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

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
8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Fruta 17 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 18 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 22 Espirales con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Ave + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 24 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Lácteo 25 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Huevo + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 29 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Huevo + Fruta 30 Arroz con Tomate Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta
Cena: Pasta + Ave + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural	9 Judías Verdes Rehogadas Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	10 Lentejas Castellanas Arroz Pilaf Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	11 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Pasta Sin Huevo con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Fruta 15 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Lácteo 16 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 17 Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Verdura + Lácteo 18 Brócoli Salteado Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta 19 Garbanzos a la Catalana Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Lácteo 22 Pasta Sin Huevo con Chorizo Cinta de Lomo Adobado al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Fruta 23 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta 24 Paella de Verduras Salchichas de Pavo al Horno Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Verdura + Lácteo 25 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Ave + Fruta 26 Guisantes a la Sevillana Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta 29 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Verdura + Lácteo 30 Arroz con Tomate Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Cena: Arroz + Carne + Fruta
Cena: Pasta + Verdura + Fruta	Cena: Verdura + Ave + Lácteo			

mediterránea