

CEIP LUIS SOLANA - DICIEMBRE 2023

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

VIERNES

1

Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)
Filete de lomo adobado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla y tomate) con ensalada
Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
kcal 722 Lip 18,5 Prot 48,2 HdC 91

8

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4- Día Internacional del Guepardo	5	6	7	1
Macarrones Pantera Rosa (cebollita, tomate y nata) (1,3,6,7,10) Merluza a la Andaluza con ensalada (1,4) Fruta y leche (7) kcal 718 Lip 17,7 Prot 53,6 HdC 86	Judías verdes salteadas con ajitos Pollo asado con manzana y patatas panadera (12) Fruta de temporada kcal 541 Lip 22,5 Prot 29,9 HdC 55	FESTIVO	NO LECTIVO	Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes) Filete de lomo adobado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla y tomate) con ensalada Fruta de temporada Y Postre lácteo (7) kcal 722 Lip 18,5 Prot 48,2 HdC 91
11 - Día Internacional de los Fideos	12 - Día del Lince Ibérico	13 - Día Nacional del Cacao	14 - Día Mundial del Mono	15 - Día Mundial del Cupcake
Guisantes salteados con cebolla y ajitos Magro de cerdo guisado con puré de patata (7,12) Fruta y leche (7) kcal 616 Lip 24,6 Prot 47,7 HdC 51	Fideuá mixta (pimiento verde, rojo, zanahoria, pollo) (1,3,6,10) Bacalao con pisto (tomate, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada kcal 525 Lip 15,5 Prot 29,8 HdC 67	Judías blancas ECO estofadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga (3,7) Fruta de temporada y pan integral kcal 652 Lip 20,6 Prot 21,0 HdC 96	Arroz con tomate Platija empanada con ensalada de tomate con AOVE (1,4) Fruta de temporada kcal 762,72 Lip 21,1 Prot 34,7 HdC 109	Crema de coliflor (12) Ragout de pavo con patatas a las finas hierbas (12) Fruta de temporada Y Postre lácteo (7) kcal 602 Lip 27,6 Prot 36,9 HdC 52
18	19	20 - Día Internacional de la Solidaridad Humana	21 - Día Mundial de la Gamba ¡BIENVENIDO INVIERNO!	22 - JORNADA GASTRONÓMICA AMERICANA
Lentejas ECO campesinas (12) Tortilla española con pimientos verdes (3,12) Fruta y leche (7) kcal 620 Lip 19,3 Prot 35,0 HdC 76	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria (1,3,4) Fruta de temporada kcal 629 Lip 13,0 Prot 36,2 HdC 92	Patatas marineras (merluza, zanahoria, puerro, cebolla, pimientos) (4,12) Muslitos de pollo al horno con ensalada de tomate y orégano Fruta de temporada y pan integral kcal 592 Lip 24,6 Prot 25,2 HdC 67	Crema Parmentier (12) Fritura variada con ensalada (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,14) Fruta de temporada kcal 818 Lip 40,3 Prot 25,9 HdC 88	Consomé casero con fideos (1,3,6,10) Hamburguesa de ternera completa (pan, lechuga, hamburguesa, rodaja de tomate y queso) c/patatas (1,3,6,7,11,12) Postre especial kcal 617 Lip 35,2 Prot 24,6 HdC 51

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

grupo_servicatering

ayre

CEIP LUIS SOLANA - DICIEMBRE 2023

Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 - Día Internacional del Guepardo	5	6	7	1
Macarrones Pantera Rosa (cebollita, tomate y nata) (1,3,6,7,10)	Judías verdes salteadas con ajitos			Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)
Salchichas de pavo con ensalada (6)	Pollo asado con manzana y patatas panadera (12)			Filete de lomo adobado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla y tomate) con ensalada
Fruta y leche (7)	Fruta de temporada			Furta de temporada y Postre lácteo (7)
11 - Día Internacional de los Fideos	12 - Día del Lince Ibérico	13 - Día Nacional del Cacao	14 - Día Mundial del Mono	8
Guisantes salteados con cebolla y ajitos	Fideuá mixta (pimiento verde, rojo, zanahoria, pollo) (1,3,6,10)	Judías blancas ECO estofadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)	Arroz con tomate	Crema de coliflor (12)
Magro de cerdo guisado con puré de patata (7,12)	Albóndigas de ternera con pisto (tomate, cebolla, pimiento) (1,6,7,12)	Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga (3,7)	Pollo empanado con ensalada de tomate con AOVE (1,3,4)	Ragout de pavo con patatas a las finas hierbas (12)
Fruta y leche (7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral	Fruta de temporada	Furta de temporada y Postre lácteo (7)
18	19	20 - Día Internacional de la Solidaridad Humana	21 - Día Mundial de la Gamba ¡BIENVENIDO INVIERNO!	22 - JORNADA GASTRONÓMICA AMERICANA
Lentejas ECO campesinas (12)	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, puerro, cebolla, pimientos) (12)	Crema Parmentier (12)	Consomé casero con fideos (1,3,6,10)
Tortilla española con pimientos verdes (3,12)	Lomo de Sajonia con ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria	Muslitos de pollo al horno con ensalada de tomate y orégano	Fritura variada con ensalada (esp. sin alérgenos) (no pescado)	Hamburguesa de ternera completa (pan, lechuga, hamburguesa, rodaja de tomate y queso) c/patatas (1,3,6,7,11,12)
Fruta y leche (7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral	Fruta de temporada	Postre especial sin alérgenos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



grupo_servicatering

ayre

CEIP LUIS SOLANA - DICIEMBRE 2023

Menú sin carne

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 - Día Internacional del Guepardo	5	6	7	1
Macarrones Pantera Rosa (cebollita, tomate y nata) (1,3,6,7,10) Merluza a la Andaluza con ensalada (1,4) Fruta y leche (7)	Judías verdes salteadas con ajitos <u>Rape al horno con patatas panadera (4,12)</u> Fruta de temporada	FESTIVO	NO LECTIVO	Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes) Tortilla francesa (3) con ensalada Fruta de temporada y Postre lácteo (7)
11 - Día Internacional de los Fideos	12 - Día del Lince Ibérico	13 - Día Nacional del Cacao	14 - Día Mundial del Mono	8
Guisantes salteados con cebolla y ajitos <u>Pez San Pedro con puré de patata (4,7,12)</u> Fruta y leche (7)	Fideuá mixta (pimiento verde, rojo, zanahoria, pollo) (1,3,6,10) Bacalao con pisto (tomate, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada	Judías blancas ECO estofadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga (3,7) Fruta de temporada y pan integral	Arroz con tomate Platija empanada con ensalada de tomate con AOVE (1,4) Fruta de temporada	Crema de coliflor (12) <u>Merluza al limón con patatas a las finas hierbas (4,12)</u> Fruta de temporada y Postre lácteo (7)
18	19	20 - Día Internacional de la Solidaridad Humana	21 - Día Mundial de la Gamba ¡BIENVENIDO INVIERNO!	22 - JORNADA GASTRONÓMICA AMERICANA
Lentejas ECO campesinas (12) Tortilla española con pimientos verdes (3,12) Fruta y leche (7)	Espaguettis con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria (1,3,4) Fruta de temporada	Patatas marineras (merluza, zanahoria, puerro, cebolla, pimientos) (4,12) <u>Huevos revueltos (3) con ensalada de tomate y orégano</u> Fruta de temporada y pan integral	Crema Parmentier (12) Fritura variada con ensalada (<u>esp.sin alergen</u>)(no carne) Fruta de temporada	Consomé casero con fideos (1,3,6,10) <u>Hamburguesa de pescado completa (pan, lechuga, hamburguesa, rodaja de tomate y queso) c/patatas (1,3,6,4,7,11,12)</u> Postre especial sin alergen

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



grupo_servicatering

ayre

CEIP LUIS SOLANA - DICIEMBRE 2023

Menú sin guisantes

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 - Día Internacional del Guepardo	5	6	7	1
Macarrones Pantera Rosa (cebollita, tomate y nata) (1,3,6,7,10) Merluza a la Andaluza con ensalada (1,4) Fruta y leche (7)	Judías verdes salteadas con ajitos Pollo asado con manzana y patatas panadera (12) Fruta de temporada	FESTIVO	NO LECTIVO	Arroz Dos Delicias (zanahoria, maíz) Filete de lomo adobado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla y tomate) con ensalada Fruta de temporada y Postre lácteo (7)
11 - Día Internacional de los Fideos	12 - Día del Lince Ibérico	13 - Día Nacional del Cacao	14 - Día Mundial del Mono	8
Brócoli salteado con cebolla y ajitos Magro de cerdo guisado con puré de patata (7,12) Fruta y leche (7)	Fideuá mixta (pimiento verde, rojo, zanahoria, pollo) (1,3,6,10) Bacalao con pisto (tomate, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada	Judías blancas ECO estofadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga (3,7) Fruta de temporada y pan integral	Arroz con tomate Platija empanada con ensalada de tomate con AOVE (1,4) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Ragout de pavo con patatas a las finas hierbas (12) Fruta de temporada y Postre lácteo (7)
18	19	20 - Día Internacional de la Solidaridad Humana	21 - Día Mundial de la Gamba ¡BIENVENIDO INVIERNO!	22 - JORNADA GASTRONÓMICA AMERICANA
Lentejas ECO campesinas (12) Tortilla española con pimientos verdes (3,12) Fruta y leche (7)	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria (1,3,4) Fruta de temporada	Patatas marineras (merluza, zanahoria, puerro, cebolla, pimientos) (4,12) Muslitos de pollo al horno con ensalada de tomate y orégano Fruta de temporada y pan integral	Crema Parmentier (sin guisantes) (12) Fritura variada con ensalada (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,14) Fruta de temporada	Consomé casero con fideos (1,3,6,10) Hamburguesa de ternera completa (pan, lechuga, hamburguesa, rodaja de tomate y queso) c/patatas (1,3,6,7,11,12) Postre especial sin alérgenos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



grupo_servicatering

ayre

CEIP LUIS SOLANA - DICIEMBRE 2023

Menú sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

VIERNES

1

Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)

Filete de lomo adobado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla y tomate) con ensalada

Fruta de temporada y Postre de soja (6)

8

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 - Día Internacional del Guepardo	5	6	7	8
Macarrones con cebollita y tomate (1,3,6,10) Merluza a la Andaluza con ensalada (1,4) Fruta y bebida de soja (6)	Judías verdes salteadas con ajitos Pollo asado con manzana y patatas panadera (12) Fruta de temporada	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
11 - Día Internacional de los Fideos	12 - Día del Lince Ibérico	13 - Día Nacional del Cacao	14 - Día Mundial del Mono	15 - Día Mundial del Cupcake
Guisantes salteados con cebolla y ajitos Magro de cerdo guisado con puré de patata (bebida de soja, 6, 12) Fruta y bebida de soja (6)	Fideuá mixta (pimiento verde, rojo, zanahoria, pollo) (1,3,6,10) Bacalao con pisto (tomate, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada	Judías blancas ECO estofadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3) Fruta de temporada y pan integral	Arroz con tomate Platija empanada con ensalada de tomate con AOVE (1,4) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Ragout de pavo con patatas a las finas hierbas (12) Fruta de temporada y Postre de soja (6)
18	19	20 - Día Internacional de la Solidaridad Humana	21 - Día Mundial de la Gamba ¡BIENVENIDO INVIERNO!	22 - JORNADA GASTRONÓMICA AMERICANA
Lentejas ECO campesinas (12) Tortilla española con pimientos verdes (3,12) Fruta y bebida de soja (6)	Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria (1,3,4) Fruta de temporada	Patatas marineras (merluza, zanahoria, puerro, cebolla, pimientos) (4,12) Muslitos de pollo al horno con ensalada de tomate y orégano Fruta de temporada y pan integral	Crema Parmentier (12) Fritura variada con ensalada (esp. sin alérgenos) Fruta de temporada	Consomé casero con fideos (1,3,6,10) Hamburguesa de ternera completa (pan, lechuga, hamburguesa y rodaja de tomate) c/ patatas (1,3,6,11,12) Postre especial sin alérgenos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



grupo_servicatering

ayre