

# ESCUELA INFANTIL MÉNTRIDA- MAYO 2025

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 Frutas cáscara Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
5					6					7					1 - DÍA DEL TRABAJADOR					2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID				
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito					Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10)					Panaché de verduras rehogadas														
Jamón York Villarroy con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14)					Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4)					Ragout de pollo en salsa con patatas (12)					Filete de limanda a la romana casera casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10)					Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6)				
Fruta y <b>leche</b> (7)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)				
kcal 427	Líp 18,8	Prot 21,1	HdC 43		kcal 482	Líp 16,8	Prot 21,4	HdC 61		kcal 405	Líp 15,5	Prot 21,3	HdC 45		kcal 424	Líp 13,6	Prot 13,7	HdC 62		kcal 455	Líp 12,6	Prot 30,0	HdC 56	
12					13 - Día Internacional del Hummus					14					15 - SAN ISIDRO					16 - Día Internacional sin Gluten				
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)					Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)					Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10)					Crema de calabaza (12)					Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7)				
Lomo de Sajonia con ensalada variada (12)					Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14)					Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)					Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10)					Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3)				
Fruta y <b>leche</b> (7)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta, postre lácteo y pan sin gluten (7)				
kcal 427	Líp 11,8	Prot 17,7	HdC 63		kcal 402	Líp 18,2	Prot 14,5	HdC 45		kcal 403	Líp 14,8	Prot 20,8	HdC 47		kcal 409,93125	Líp 13,7	Prot 13,8	HdC 58		kcal 464,51875	Líp 12,6	Prot 32,8	HdC 55	
19					20 - Día Mundial de las abejas y las fresas					21					22					23 - Día de la tortuga				
Guisantes rehogados con cebolla y ajito					Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)					Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12)					Coditos a la carbonara (nata, bacon, ajito, cebolla) (1,3,6,7,10)					Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12)				
Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12)					Empanadillas de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4)					Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras					Filete de salmón con pisto casero (4)					Huevos a la flamenca (con salsa de tomate c/ guisantes) (3)				
Fruta y <b>leche</b> (7)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)				
kcal 476	Líp 26,2	Prot 18,2	HdC 42		kcal 425	Líp 17,2	Prot 12,8	HdC 55		kcal 467	Líp 19,8	Prot 31,3	HdC 41		kcal 454	Líp 15,2	Prot 19,6	HdC 60		kcal 470,0125	Líp 17,6	Prot 30,2	HdC 48	
26					27					28 - Día Mundial de la salud digestiva					29					30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH				
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6)					Brócoli rehogado ajito y cebolla					Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)					Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10)					Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12)				
Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4)					Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga					Tortilla francesa de queso con ensalada mixta (3,7)					Muslitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz					Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12)				
Fruta y <b>leche</b> (7)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)				
kcal 469	Líp 13,2	Prot 20,6	HdC 67		kcal 407	Líp 18,9	Prot 19,7	HdC 40		kcal 446	Líp 13,9	Prot 16,8	HdC 63		kcal 437	Líp 20,6	Prot 23,9	HdC 39		kcal 448,84375	Líp 13,8	Prot 35,0	HdC 46	

# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

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 Frutas  
cáscara Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
5					6					7					1 - DÍA DEL TRABAJADOR					2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID				
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito					Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10)					Panaché de verduras rehogadas														
Jamón York Villarroy con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14)					Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4)					Ragout de pollo en salsa con patatas (12)					Filete de limanda a la romana casera casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10)					Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6)				
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>				
kcal 684	Líp 30,1	Prot 33,7	HdC 69		kcal 772	Líp 27,0	Prot 34,3	HdC 98		kcal 647	Líp 24,9	Prot 34,1	HdC 72		kcal 679	Líp 21,7	Prot 22,0	HdC 99		kcal 729	Líp 20,1	Prot 48,0	HdC 89	
12					13 - Día Internacional del Hummus					14					15 - SAN ISIDRO					16 - Día Internacional sin Gluten				
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)					Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)					Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10)					Crema de calabaza (12)					Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7)				
Lomo de Sajonia con ensalada variada (12)					Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14)					Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)					Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10)					Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3)				
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta, postre lácteo y pan sin gluten (7)				
kcal 684	Líp 18,9	Prot 28,3	HdC 100		kcal 643	Líp 29,1	Prot 23,2	HdC 72		kcal 644	Líp 23,6	Prot 33,3	HdC 75		kcal 655	Líp 21,9	Prot 22,1	HdC 93		kcal 743	Líp 20,2	Prot 52,4	HdC 88	
19					20 - Día Mundial de las abejas y las fresas					21					22					23 - Día de la tortuga				
Guisantes rehogados con cebolla y ajito					Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)					Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12)					Coditos a la carbonara (nata, bacon, ajito, cebolla) (1,3,6,7,10)					Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12)				
Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12)					Empanadillas de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4)					Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras					Filete de salmón con pisto casero (4)					Huevos a la flamenca (con salsa de tomate y guisantes) (3)				
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>				
kcal 761	Líp 41,9	Prot 29,1	HdC 67		kcal 680	Líp 27,6	Prot 20,5	HdC 87		kcal 748	Líp 31,7	Prot 50,1	HdC 66		kcal 726	Líp 24,4	Prot 31,4	HdC 95		kcal 752	Líp 28,2	Prot 48,3	HdC 76	
26					27					28 - Día Mundial de la salud digestiva					29					30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH				
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6)					Brócoli rehogado ajito y cebolla					Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)										Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12)				
Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4)					Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga					Tortilla francesa de queso con ensalada mixta (3,7)					Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12)					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>				
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)														
kcal 750	Líp 21,2	Prot 32,9	HdC 107		kcal 652	Líp 30,2	Prot 31,5	HdC 64		kcal 714	Líp 22,3	Prot 26,9	HdC 102							kcal 718	Líp 22,0	Prot 56,0	HdC 74	



# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten 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 Mielucas



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Pasta esp. Sin alérgenos alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (6) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) <u>Filete de limanda a la andaluza con ensalada de la huerta (harina de maíz, 4)</u> Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Lomo de Sajonia con ensalada variada (12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u> Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabaza (12) <u>Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (harina de maíz, 4)</u> Fruta de temporada	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7) Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3) Fruta de temporada y postre lácteo y pan sin gluten
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	<u>Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alérgenos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (3)</u> <u>Filete de pescado azul al horno c/ensalada de lechuga y tomate (2,4,14)</u> Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada	<u>Pasta esp. Sin alérgenos a la carbonara (nata, bacon, ajito, cebolla) (6,7)</u> Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) tortilla francesa con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada	<b>PICNIC</b>	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## 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 Altramuzes Mielucas



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Lomo de Sajonia con ensalada variada (12) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Crema de calabaza (12) Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada	<u>Arroz con salsa de tomate</u> Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3) Fruta, postre <b>de soja</b> , pan sin gluten <b>(6,8)</b>
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Empanadillas de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Coditos con bacon (bacon, ajito, cebolla) (1,3,6,10)</u> Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) <u>tortilla francesa con pavo con ensalada mixta (3,6)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)	<b>PICNIC</b>	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>



# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## Menú sin huevo ni 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 Altramuzes Miel



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Pasta esp. Sin alérgenos alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (6) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) <u>Filete de limanda a la andaluza con ensalada de la huerta (harina de maíz, 4)</u> Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera "Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzos c/ensalada de lechuga y zanahoria rallada (12) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Lomo de Sajonia con ensalada variada (12) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Crema de calabaza (12) Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alérgenos, zanahoria, puerro, pollo, caldo de pollo) sin huevo Filete de pescado azul al horno c/ensalada de lechuga y tomate (2,4,14) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, atún) (4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Pasta esp. Sin alérgenos con bacon (bacon, ajito, cebolla) (6) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) "Tortilla" elaborada con harina de garbanzos de calabacín Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada	Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) "Tortilla" elaborada con harina de garbanzos con pavo con ensalada mixta (6) Fruta de temporada y pan integral (1)		Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>

# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## 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 edulcorantes Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>tortilla francesa con queso con patatas</u> (3,7,12) Fruta y <b>leche</b> (7)	Spaguettis con salsa de tomate (tomate, orégano, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas <u>Filete de episcado en salsa con patatas</u> (4,12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera <u>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada</u> (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) <u>Filete de pescado en salsa con ensalada variada</u> (4) Fruta y <b>leche</b> (7)	Guiso de patatas con verduras (12) (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón). Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de verduras, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10). <u>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, sin carne</u> (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Crema de calabaza (12) Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7) Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3) Fruta de temporada y postre lácteo y pan sin gluten
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Filete de pescado en salsa con patatitas</u> (4,12) Fruta y <b>leche</b> (7)	Sopa de fideos con verduras (1,3,6,10) Empanadillas de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) <u>Tortilla francesa con guarnición de verduras</u> (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Coditos con nata</u> (nata, ajito, cebolla) (1,3,6,7,10) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate y guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
<u>Arroz 3 delicias</u> (zanahoria, maíz) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche</b> (7)	Brócoli rehogado ajito y cebolla <u>Tortilla francesa con guarnición de ensalada de lechuga</u> (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) tortilla francesa con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	<b>PICNIC</b> 	<u>Puchero Canario</u> (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de verduras, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo</b> (7)



# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## 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 edulcorantes Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Miel



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito Jamón York Villarroay con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14) Fruta y <b>leche (7)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Lomo de Sajonia con ensalada variada (12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Crema de calabaza (12) Fil. de abadejo a la andaluza c/ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7) Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3) Fruta, postre lácteo y pan sin gluten (7)
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Coliflor rehogada con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Empanadillas de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Coditos a la carbonara (nata, bacon, ajito, cebolla) (1,3,6,7,10) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate casera) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) tortilla francesa con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	<b>PICNIC</b> 	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP LUIS SOLANA - MAYO 2025

## 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 edulcorantes Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering



Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) <u>tortilla francesa con queso con ensalada de lechuga y cebolla (3,7)</u> Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) <u>Lagrimitas caseras de pollo con ensalada de la huerta</u> Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,6) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Lomo de Sajonia con ensalada variada (12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) <u>Salchichitas de pavo con ensalada de lechuga y cebolla (6)</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Crema de calabaza (12) <u>Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz</u> Fruta de temporada	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate y queso rallado) (7) Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria y maíz (3) Fruta de temporada y postre lácteo y pan sin gluten
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) <u>Salchichitas de pavo c/ensalada de lechuga y tomate (6)</u> Fruta de temporada	<u>Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos) (3,12)</u> Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Coditos a la carbonara (nata, bacon, ajito, cebolla) (1,3,6,7,10) <u>Cinta de lomo con pisto casero</u> Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) <u>Tortilla francesa de calabacín con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Magro de cerdo en salsa jardinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) tortilla francesa con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	<b>PICNIC</b> 	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) <u>Salchichas de pavo con patatas (6,12)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>