

CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 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 |
|-------------------|------------|---------|---------|-----------|------------|----------|
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 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

MIÉRCOLES

1

Judías verdes rehogadas al pimentón

Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con patatas dado (12)

Fruta de temporada y pan integral

kcal 682 Lip 23,0 Prot 38,7 HdC 80

JUEVES

2

Macarrones **integrales** con chorizo (tomate, chorizo, cebolla, ajo, zanahoria, orégano) (1,3,6,10)

Fil. De Limanda al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (4)

Fruta de temporada

kcal 723 Lip 22,8 Prot 40,8 HdC 89

VIERNES

3

Puré de calabacín y puerros (12)

Ragout de pavo guisado en salsa con patatas dado (12)

Fruta y **postre lácteo (7) (*)**

kcal 644 Lip 23,1 Prot 44,3 HdC 65

LUNES



MARTES

7

Paella campera (**arroz**, ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) (12)

Sepia rebozada con ensalada de lechuga (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)

Fruta de temporada y **leche (7)**

kcal 747 Lip 36,0 Prot 34,7 HdC 71

Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, **tomate** natural, ajo, **ac. oliva**) (12)

Tortilla francesa con gajos de **tomate** aliñados con **AOVE** y orégano (3)

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 614 Lip 17,8 Prot 18,1 HdC 95

8

Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, **aceite**, laurel, pimentón) (4,12)

Hamburguesa de ternera con pisto (**tomate**, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12)

Fruta de temporada

kcal 692 Lip 19,3 Prot 23,1 HdC 106



9

Crema de brocoli (12)

Merluza al limón (ajo, perejil, limón, **aceite**) con **pasta** salteada (1, 3, 4, 6, 10)

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 638 Lip 15,0 Prot 27,8 HdC 98

10

Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, **fideos ECO**) (1,3,6,10)

Complemento del cocido: **garbanzos ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)

Fruta y **postre lácteo (7) (*)**

kcal 677 Lip 25,6 Prot 36,0 HdC 76



13

Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (1,3,6,10)

Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14)

Fruta de temporada y **leche (7)**

kcal 751 Lip 23,4 Prot 51,5 HdC 84

14

Lentejas **ECO** Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)

Tortilla con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7)

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 657 Lip 18,1 Prot 28,7 HdC 95

15

Guisantes rehogados con cebollita

Lacón asado con ensalada de pimientos rojos

Fruta de temporada

kcal 727 Lip 37,8 Prot 32,7 HdC 64

16 - Día Mundial del Pan

Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6)

Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4)

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 715,17 Lip 10,0 Prot 33,4 HdC 123



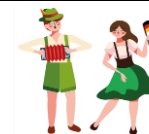
17 - JORNADA ALEMANA

Crema de calabaza al estilo alemán (7,12)

Schinitzel de pollo casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,6,10)

Fruta y **postre lácteo (7) (*)**

kcal 667 Lip 20,8 Prot 42,5 HdC 77



20

Crema de coliflor (12)

Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,6,10,11,12)

Fruta de temporada y **leche (7)**

kcal 643 Lip 20,9 Prot 51,2 HdC 63

21 - Día de la Manzana

Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12)

Filete de bacalao a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 680 Lip 31,7 Prot 23,0 HdC 76



22

Alubias **blancas ECO** estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, **ac. oliva**) (12)

Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3)

Fruta de temporada

kcal 675 Lip 12,1 Prot 21,4 HdC 120

23

Arroz con salsa de tomate casera

Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 692 Lip 16,3 Prot 33,7 HdC 102

24

Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, **fideos ECO**) (1,3,6,10)

Complemento del cocido: **garbanzos ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)

Fruta y **postre lácteo (7) (*)**

kcal 656 Lip 21,9 Prot 22,1 HdC 93

27

Macarrones **ECO** con salsa de tomate casera (1,3,6,10)

Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4)

Fruta de temporada y **leche (7)**

kcal 703 Lip 26,6 Prot 45,6 HdC 70

28

Rehogado de verduras variadas

Cinta de lomo al horno con ensalada

Fruta de temporada y pan integral (1)

kcal 661 Lip 14,1 Prot 19,6 HdC 114

29

Lentejas **ECO** con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)

Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)

Fruta de temporada

kcal 639 Lip 20,9 Prot 21,8 HdC 91

30

Sopa de picadillo (**fideos ECO**, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)

Figuritas de merluza con lechuga (1,2,3,4,6,7,10,14)

Fruta de temporada y pan integral (1)

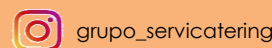
kcal 674 Lip 14,0 Prot 23,3 HdC 114

31

FESTIVO

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

(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Frutos cáscara | Apio | Mostaza | Sésamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



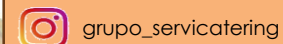
GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

| LUNES | | MARTES | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | |
|--|--|---|--|---|--|---|--|--|--|
| | | | | CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD | | | | | |
| 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | |
| Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) | | Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) | | Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4) | | Crema de brocoli (12) | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) | |
| Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con ensalada de lechuga (4) | | Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) | | Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12) | | Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta esp. Sin alérgenos salteada (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | |
| 13 | | 14 | | 15 | | 16 - Día Mundial del Pan | | 17 - JORNADA ALEMANA | |
| Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (pasta esp. Sin alérgenos) | | Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Guisantes rehogados con cebollita | | Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6) | | Crema de calabaza al estilo alemán (7,12) | |
| Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14) | | Tortilla con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7) | | Lacón asado con ensalada de pimientos rojos | | Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4) | | Schnitzel de pollo casero sin alérgenos con tomate aliñado con AOVE y orégano (harina de maíz) | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | |
| 20 | | 21 - Día de la Manzana | | 22 | | 23 | | 24 | |
| Crema de coliflor (12) | | Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) | | Arroz con salsa de tomate casera | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) | |
| Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta esp.sin alérgenos (10,11,12) | | Filete de abadejo a la andaluza (harina de maíz, 4) con ensalada de lechuga | | Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | |
| 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | |
| Macarrones esp. Sin alérgenos con salsa de tomate casera | | Rehogado de verduras variadas | | Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alérgenos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) | | FESTIVO | |
| Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | Cinta de lomo al horno con ensalada | | Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3) | | Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con lechuga (4) | | | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada | | | |

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.



CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
|-------------------|------------|---------|---------|-----------|------------|----------|
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 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 | |
|--|---|---|--|---|---|---|---|---|---|
| | | | | CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD | | | | Fruta y postre de soja (6,8) | |
| 6 |  | 7 |  | 8 | | 9 |  | 10 | |
| Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) | | Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) | | Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) |  | Crema de brocoli (12) | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) |  |
| Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con ensalada de lechuga (4) | | Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) | | Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12) | | Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta salteada (1, 3, 4, 6, 10) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | |
| 13 | | 14 | | 15 | | 16 - Día Mundial del Pan | | 17 - JORNADA ALEMANA | |
| Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (1,3,6,10) | | Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Guisantes rehogados con cebollita | | Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6) | | Crema de calabaza al estilo alemán (bebida de soja, 6,12) |  |
| Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14) | | Tortilla con ensalada de lechuga y cebolla (3) | | Lacón asado con ensalada de pimientos rojos | | Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4) |  | Schinitzel de pollo casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,6,10) | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | |
| 20 | | 21 - Día de la Manzana |  | 22 | | 23 | | 24 | |
| Crema de coliflor (12) | | Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) | | Arroz con salsa de tomate casera | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) | |
| Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,6,10,11,12) | | Filete de bacalao a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga | | Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | |
| 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | |
| Macarrones ECO con salsa de tomate casera (1,3,6,10) | | Rehogado de verduras variadas | | Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Sopa de picadillo (fideos ECO, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) | | FESTIVO | |
| Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | Cinta de lomo al horno con ensalada | | Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3) | | Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con lechuga (4) | | | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | | |

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

grupo_servicatering

Central de CATERING

alyre

CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Frutos cáscara | Apio | Mostaza | Sésamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA






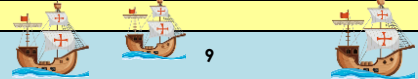




Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

| LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | |
|---|---|---|---|--|---|---|---|--|---|--|
| | | | | CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD | | | | Fruta y postre de soja (6,8) | | |
| 6 |  | 7 |  | 8 |  | 9 |  | 10 |  | |
| Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) | | Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) | | Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) | | Crema de brocoli (12) | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) | | |
| Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con ensalada de lechuga (4) | | "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano | | Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12) | | Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta esp. Sin alérgenos salteada (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | | |
| 13 | | 14 | | 15 | | 16 - Día Mundial del Pan | | 17 - JORNADA ALEMANA | | |
| Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (pasta esp. Sin | | Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Guisantes rehogados con cebollita | | Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6) | | Crema de calabaza al estilo alemán (bebida de soja, 6,12) | | |
| Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14) | | "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con ensalada de lechuga y cebolla | | Lacón asado con ensalada de pimientos rojos | | Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4) |  | Schnitzel de pollo casero sin alérgenos con tomate aliñado con AOVE y orégano (harina de maíz) |  | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | | |
| 20 | | 21 - Día de la Manzana | | 22 | | 23 | | 24 | | |
| Crema de coliflor (12) | | Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva) (12) | | Arroz con salsa de tomate casera | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) | | |
| Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta esp. sin alérgenos (10,11,12) | | Filete de bacalao a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga |  | "Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzos con ensalada de maíz y zanahoria (12) | | Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) | | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre de soja (6,8) | | |
| 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | |
| Macarrones esp. Sin alérgenos con salsa de tomate casera | | Rehogado de verduras variadas | | Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alérgenos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) | | FESTIVO | | |
| Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | Cinta de lomo al horno con ensalada | | "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE | | Filete de pescado blanco rebozado en harina de maíz con lechuga (4) | | | | |
| Fruta y bebida de soja (6) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | | | |

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

grupo_servicatering

Central de CATERING

alyre

CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Frutos cáscara | Apio | Mostaza | Sésamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |



MIÉRCOLES

1

Judías verdes rehogadas al pimentón
Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con patatas dado (12)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

JUEVES

2

Macarrones integrales con chorizo (tomate, chorizo, cebolla, ajo, zanahoria, orégano) (1,3,6,10)
Fil. De Limanda al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (4)
Fruta de temporada

VIERNES

3

Puré de calabacín y puerros (12)
Ragout de pavo guisado en salsa con patatas dado (12)
Fruta y **postre lácteo** (7) (*)

LUNES



MARTES



CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD



6

Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)
Sepia rebozada con ensalada de lechuga (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)
Fruta de temporada y **leche** (7)

7

Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)
Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

8

Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)
Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12)
Fruta de temporada



9

Crema de brocoli (12)
Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta salteada (1, 3, 4, 6, 10)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

10

Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, **fideos ECO**) (1,3,6,10)
Complemento del cocido: **garbanzos ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)
Fruta y **postre lácteo** (7) (*)



13

Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (1,3,6,10)
Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14)
Fruta de temporada y **leche** (7)

14

Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)
Tortilla con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

15

Brócoli rehogado con cebollita
Lacón asado con ensalada de pimientos rojos
Fruta de temporada

16 - Día Mundial del Pan

Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6)
Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)



17 - JORNADA ALEMANA

Crema de calabaza al estilo alemán (7,12)
Schinitzel de pollo casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,6,10)
Fruta y **postre lácteo** (7) (*)



20

Crema de coliflor (12)
Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,6,10,11,12)
Fruta de temporada y **leche** (7)

21 - Día de la Manzana

Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, Filete de bacalao a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga
Fruta de temporada y **pan integral** (1)



22

Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)
Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3)
Fruta de temporada

23

Arroz con salsa de tomate casera
Merluza en salsa verde con calabacín (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

24

Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, **fideos ECO**) (1,3,6,10)
Complemento del cocido: **garbanzos ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)
Fruta y **postre lácteo** (7) (*)

27

Macarrones ECO con salsa de tomate casera (1,3,6,10)
Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4)
Fruta de temporada y **leche** (7)

28

Rehogado de verduras variadas (no guisantes)
Cinta de lomo al horno con ensalada
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

29

Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)
Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)
Fruta de temporada

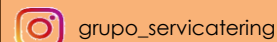
30

Sopa de picadillo (**fideos ECO**, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)
Figuritas de merluza con lechuga (1,2,3,4,6,7,10,14)
Fruta de temporada y **pan integral** (1)

31

FESTIVO

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 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 | | Fruta de temporada y pan integral (1) | Fruta de temporada | Fruta y postre lácteo (7) (*) |
|---|--|---|--|--|--|---|
| CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD | | | | | | |
| 6 | | 7 | | 8 | 9 | 10 |
| Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) | | Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) | | Patatas guisadas con verduras (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | Crema de brocoli (12) | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) |
| <u>Cinta de lomo al horno con ensalada de lechuga</u> | | Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) | | Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12) | <u>Filete de pollo al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta salteada (1, 3, 6, 10)</u> | Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | Fruta de temporada y pan integral (1) | Fruta y postre lácteo (7) (*) |
| 13 | | 14 | | 15 | 16 - Día Mundial del Pan | 17 - JORNADA ALEMANA |
| Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo, laurel) (1,3,6,10) | | Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Guisantes rehogados con cebollita | Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6) | Crema de calabaza al estilo alemán (7,12) |
| <u>Salchichas de pavo a la plancha con ensalada (6)</u> | | Tortilla con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7) | | Lacón asado con ensalada de pimientos rojos | <u>Tortilla francesa (3) con chips de calabacín al horno</u> | Schnitzel de pollo casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,6,10) |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | Fruta de temporada y pan integral (1) | Fruta y postre lácteo (7) (*) |
| 20 | | 21 - Día de la Manzana | | 22 | 23 | 24 |
| Crema de coliflor (12) | | Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) | Arroz con salsa de tomate casera | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) |
| Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,6,10,11,12) | | Salchichas de pavo a la plancha (6) con ensalada de lechuga | | Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3) | <u>Filete de pollo a la plancha con guisantes</u> | Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | Fruta de temporada y pan integral (1) | Fruta y postre lácteo (7) (*) |
| 27 | | 28 | | 29 | 30 | 31 |
| Macarrones ECO con salsa de tomate casera (1,3,6,10) | | Rehogado de verduras variadas | | Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | Sopa de picadillo (fideos ECO , zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) | FESTIVO |
| <u>Salchichas de pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (6)</u> | | Cinta de lomo al horno con ensalada | | Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3) | <u>Fingers de pollo caseros con lechuga (1)</u> | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | Fruta de temporada y pan integral (1) | |

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

grupo_servicatering

Central de CATERING

ayre

CEIP LUIS SOLANA - OCTUBRE 2025

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 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 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 | | |
|--|--|---|--|---|--|---|--|--|--|--|
| | | | | CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD | | | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | | |
| 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | |
| Paella campera (pimiento rojo y verde, pimentón, cebolla, ajo, zanahoria) | | Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) | | Patatas guisadas con verduras (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Crema de brocoli (12) | | Sopa de fideos ECO (1,3,6,10) | | |
| Sepia rebozada con ensalada de lechuga (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) | | Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) | | Filete de pescado blanco con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4) | | Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta salteada (1, 3, 4, 6, 10) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, (sin carne, 12) | | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | | |
| 13 | | 14 | | 15 | | 16 - Día Mundial del Pan | | 17 - JORNADA ALEMANA | | |
| Fideuá ECO a la cazuela (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, laurel) (1,3,6,10) | | Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Guisantes rehogados con cebollita | | Arroz 2 delicias (zanahoria, maíz) | | Crema de calabaza al estilo alemán (7,12) | | |
| Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14) | | Tortilla con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7) | | Filete de pescado blanco al horno con ensalada de pimientos rojos (4) | | Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4) | | Schinitzel de pescado blanco casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,4,6,10) | | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | | |
| 20 | | 21 - Día de la Manzana | | 22 | | 23 | | 24 | | |
| Crema de coliflor (12) | | Patatas guisadas con verduras (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12) | | Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) | | Arroz con salsa de tomate casera | | Sopa de fideos ECO (1,3,6,10) | | |
| Filete de pescado blanco en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,4,6,10) | | Filete de bacalao a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga | | Tortilla de patata con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) | | Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, (sin carne, 12) | | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta y postre lácteo (7) (*) | | |
| 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | |
| Macarrones ECO con salsa de tomate casera (1,3,6,10) | | Rehogado de verduras variadas | | Lentejas ECO con verduras (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) | | Sopa de fideos ECO (1,3,6,10) | | FESTIVO | | |
| Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | Filete de pescado blanco al horno con ensalada (4) | | Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3) | | Figuritas de merluza con lechuga (1,2,3,4,6,7,10,14) | | | | |
| Fruta de temporada y leche (7) | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | Fruta de temporada | | Fruta de temporada y pan integral (1) | | | | |

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

grupo_servicatering

Central de CATERING

ayre