

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																												
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12																												
FESTIVO	Macarrones integrales ECO con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Lomitos de caballa en aceite c/ensalada zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso aliñados con aceite de oliva (4) Fruta de temporada y pan integral (1) 	Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes) Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1)	Menestra de verduras al pimentón Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12) Fruta y postre lácteo (7) (*)																												
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo																												
Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta y leche (7)	Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12) Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias  Fruta de temporada y pan integral (1)	Spaguettis ECO carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10) Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) Fruta de temporada	Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta y postre lácteo (7) (*)																												
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental																												
Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite) Albóndigas de ternera en salsa con ens. de lechuga y zanahoria con ens. de lechuga y zanahoria (1,6,7,9,10,11,12) Fruta y leche (7)	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y maíz (3,7) Fruta de temporada	Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla) Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	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) (*)																												
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos cárnicos</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfites</td><td>Almohues</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cárnicos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfites	Almohues	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																			
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cárnicos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfites	Almohues	Moluscos																			
Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) Fruta y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Ingredientes ecológicos Pescados sostenibles Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRÁ Productos integrales GASTRONOMÍA LOCAL Productos con DOP																														

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

(*) 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  

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 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.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																												
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12																												
FESTIVO	<p>Macarrones esp. Sin alergenos con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p>  <p>Lomitos de caballa en aceite c/ensalada zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso aliñados con aceite de oliva (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite)</p> <p>Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes)</p> <p>Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Menestra de verduras al pimentón</p> <p>Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12)</p> <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo																												
<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12)</p> <p>Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias</p>  <p>Fruta de temporada</p>	<p>Spaghetti esp. Sin alergenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (6,7)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave)</p> <p>Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (harina de maíz,4)</p> <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental																												
<p>Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite)</p> <p>Albóndigas de ternera caseras esp. Sin alergenos en salsa con ens. de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Macarrones esp. Sin alergenos al aglio e olio</p> <p>Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)</p> <p>Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y maíz (3,7)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla)</p> <p>Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alergenos)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos cítricos</td><td>Ajo</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramujeres</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cítricos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																			
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cítricos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos																			
<p>Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)</p> <p>Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	 Ingredientes ecológicos Pescados sostenibles Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRА Productos integrales GASTRONOMÍA LOCAL Productos con DOP																														

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

(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.

grupo_servicatering  

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

Menú sin lactosa

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12
FESTIVO	Macarrones integrales ECO con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Lomitos de caballa en aceite c/ensalada zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso aliñados con aceite de oliva (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes) Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1)	Menestra de verduras al pimentón Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12) Fruta y postre de soja (6,8)
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo
Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta y bebida de soja (6)	 Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12) Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias Fruta de temporada y pan integral (1)	 Spaguetis ECO con bacon (bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,10) Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) Fruta de temporada	Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta y postre de soja (6,8)
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental
 Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite) Albóndigas de ternera caseras esp. Sin alergenos en salsa con con ens. de lechuga y zanahoria Fruta y bebida de soja (6)	 Macarrones ECO al aggio e olio (1,3,6,10)  Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)  Huevos revueltos con calabacín y ensalada de lechuga y maíz (3) Fruta de temporada	 Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla)  Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	 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 de soja (6,8)
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos cítricos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos Ingredientes ecológicos Pescados sostenibles Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRÁ Productos integrales GASTRONOMÍA LOCAL Productos con DOP		
Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)  Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) Fruta y bebida de soja (6)	 Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)  Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12) Fruta de temporada y pan integral (1)			

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

(*) 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  

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

Menú sin carne

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12
FESTIVO	Macarrones integrales ECO con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10) Lomitos de caballa en aceite c/ensalada zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso aliñados con aceite de oliva (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes) Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1)	Menestra de verduras al pimentón <u>Huevos revueltos con calabacín con patatas dado al horno (3,12)</u> Fruta y postre lácteo (7) (*)
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo
Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta y leche (7)	 Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12) <u>Filete de pescado blanco al limón con guarnición de zanahorias (4)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)	 <u>Spaghetti ECO con nata (nata, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10)</u> Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) Fruta de temporada	Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) <u>Huevos revueltos con patatas al vapor (3,12)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de verduras)</u> <u>Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10)</u> Fruta y postre lácteo (7) (*)
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental
Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite) <u>Delicias caseras de pescado en salsa con ensalada de lechuga y zanahoria (1,4,6,10,12)</u> . Fruta y leche (7)	 Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y maíz (3,7) Fruta de temporada	Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla) Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Sopa de cocido (puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) sin carne</u> <u>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, sin carne (12)</u> Fruta y postre lácteo (7) (*)
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos secos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos Ingredientes ecológicos Pescados sostenibles Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRА Productos integrales GASTRONOMÍA LOCAL Productos con DOP		
Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) Fruta y leche (7)	 Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12) Fruta de temporada y pan integral (1)			

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

(*) 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  

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

Menú sin guisantes

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12
FESTIVO	Crema de calabacín, puerro y patata (12) Cinta de lomo adobada al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral (1)	Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes) Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1)	Menestra de verduras al pimentón Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12) Fruta y postre lácteo (7) (*)
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo
Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta y leche (7)	Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12) Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias Fruta de temporada y pan integral (1)	Spaghetti ECO carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10) Merluza en salsa verde con verduritas (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4) Fruta de temporada	Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10) Fruta y postre lácteo (7) (*)
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental
Coliflor rehogada con ajito y cebolla Albóndigas de ternera en salsa con ens. de lechuga y zanahoria con ens. de lechuga y zanahoria (1,6,7,9,10,11,12) Fruta y leche (7)	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y maíz (3,7) Fruta de temporada	Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla) Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	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) (*)
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS		
Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4) Fruta y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12) Fruta de temporada y pan integral (1)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14	Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos secos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos	 Ingredientes ecológicos  Pescados sostenibles  Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA  Productos integrales  GASTRONOMÍA LOCAL  Productos con DOP

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

(*) 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  

CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

Menú sin pescado

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																												
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12																												
FESTIVO	<p>Macarrones integrales ECO con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal) (1,3,6,10)</p> <p>Salchichas de pavo c/ensalada de zanahoria y aceitunas sin hueso aliñadas con aceite de oliva (6)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p> 	<p>Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite)</p> <p>Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes)</p> <p>Filete de pollo a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Menestra de verduras al pimentón</p> <p>Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12)</p> <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo																												
<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>Tortilla francesa con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12)</p> <p>Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias</p>  <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Spaghetti ECO carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10)</p> <p>Huevos revueltos verde con guarnición de guisantes (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave)</p> <p>Salchichas de pavo con ensalada de lechuga y maíz (6)</p>  <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental																												
<p>Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite)</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa con ens. de lechuga y zanahoria con ens. de lechuga y zanahoria (1,6,7,9,10,11,12)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)</p> <p>Filete de pollo al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)</p> <p>Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y maíz (3,7)</p>  <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla)</p> <p>Taquitos de pavo en salsa de tomate con guarnición de arroz integral</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p>  <p>Fruta y postre lácteo (7) (*)</p>																												
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos secos</td><td>Ajo</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramujeres</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos secos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																			
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos secos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos																			
<p>Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)</p> <p>Cinta de lomo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	 Ingredientes ecológicos  Pescados sostenibles  Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRAE  Productos integrales  GASTRONOMÍA LOCAL  Productos con DOP																														

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

(*) 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 



CEIP LUIS SOLANA - SEPTIEMBRE 2025

Menú sin huevo ni lactosa

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																												
8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11	12																												
FESTIVO	<p>Macarrones esp. Sin alergenos con salsa de tomate frito casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p>  <p>Lomitos de caballa en aceite c/ensalada "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Garbanzos ECO guisados con verduras (12) (cebolla, pimiento rojo, ajo, laurel, pimentón, sal, pimienta y aceite)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz tres delicias (maíz, zanahoria, guisantes)</p> <p>Bacalao a la vizcaína (cebolla, ajo, pimiento rojo) con ensalada de lechuga y zanahoria (2,4,14)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Menestra de verduras al pimentón</p> <p>Ragout de pavo en salsa con patatas dado al horno (12)</p> <p>Fruta y postre de soja (6,8)</p>																												
15	16 - Día mundial del guacamole	17	18	19 - Día mundial del aperitivo																												
<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con guarnición de gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Patatas guisadas c/verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) (12)</p> <p>Contramuslos de pollo al limón con guarnición de zanahorias</p>  <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Spaghetti esp. Sin alergenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (6,7)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías verdes con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Lacón a la Gallega (con pimentón y guarnición de patatas al vapor) (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Paella mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave)</p> <p>Filete de limanda a la andaluza casera con ensalada de lechuga y maíz (1,4,6,10)</p> <p>Fruta y postre de soja (6,8)</p>																												
22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24 - Día mundial del gorila	25	26 - Día mundial de la salud ambiental																												
<p>Guisantes rehogados (cebolla, ajito y aceite)</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa con ens. de lechuga y zanahoria con ens. de lechuga y zanahoria (1,6,7,9,10,11,12)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Macarrones esp. Sin alergenos al aglio e olio</p> <p>Salmón al horno con pisto casero (tomate, cebolla, ajo y sal) (4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)</p> <p>"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con queso y ensalada de lechuga y maíz (7)</p> <p>Fruta de temporada</p> 	<p>Brócoli rehogado (ajito, aceite, cebolla)</p> <p>Merluza en salsa de tomate con guarnición de arroz integral (4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alergenos)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta y postre de soja (6,8)</p>																												
29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	DECLARACIÓN DE ALERGENOS <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos cítricos</td><td>Ajo</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramujeres</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cítricos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																			
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cítricos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos																			
<p>Arroz con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)</p> <p>Sardinillas con ensalada de lechuga y zanahoria (4)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</p> <p>"Tortilla" elaborada con harina de garbanzos de patata con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>	 Ingredientes ecológicos  Pescados sostenibles  Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRAE  Productos integrales  GASTRONOMÍA LOCAL  Productos con DOP																														

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

(*) 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



alyre