

CEIP LUIS SOLANA - ENERO 2026



Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

cáscara

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
12		13		14		8		9	
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)		Menestra de verduras salteada		Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos) (1,3,6,10)		Fiduá mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) (1,3,6,10)		Patatas marineras (4,12) (salmón, zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel)	
Filete de merluza al limón con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (4)		Filete de contramuslo de pollo al curry (cebolla, ajo, tomate, curry, nata, perejil, aceite, pimienta negra) con arroz integral (7)		Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)		Tortilla francesa de atún claro y ensalada de lechuga, maíz y cebolla (3,4)		Croquetas de jamón con ensalada de lechuga (1,2,3,4,6,7,8,9,10,12,14)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y leche (7) (**) (12)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
kcal 678 Líp 21,8 Prot 42,6 HdC 78		kcal 726 Líp 14,8 Prot 32,8 HdC 116		kcal 656 Líp 21,9 Prot 22,1 HdC 93		kcal 697 Líp 17,3 Prot 34,8 HdC 100		kcal 716 Líp 20,9 Prot 33,1 HdC 99	
19 - Día Internacional de las Palomitas de Maíz		20 - Día sostenible		21		22		23	
Macarrones integrales carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10)		Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)		Guisantes rehogados con ajito y cebolla		Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)		Crema de calabacín y puerros (12)	
Filete de caballa en salsa de tomate con ensalada (2,4,14)		Tortilla española (patata, cebolla) con pimientos (3,12)		Cinta de lomo adobada a la plancha con patatitas dado (12)		Filete de abadejo a la andaluza con ensalada de maíz y zanahoria (1,4,6,10)		Muslitos de pollo al ajillo con patatas (12)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y leche (7) (**) (12)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
kcal 719 Líp 30,4 Prot 45,4 HdC 66		kcal 687 Líp 37,8 Prot 32,7 HdC 54		kcal 685 Líp 22,1 Prot 31,4 HdC 90		kcal 687,04 Líp 22,4 Prot 37,5 HdC 84		kcal 680 Líp 23,7 Prot 44,5 HdC 72	
26 - Día Mundial de la Educación Ambiental		27		28		29		30	
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)		Brócoli salteado con ajitos		Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, york de pavo)		Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos) (1,3,6,10)		Puré de verduras (12)	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3)		Albóndigas de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con patatas dado (10,11,12)		Ventresca de bacalao con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimientos) (2,4,14)		Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)		Salmón al horno con pasta integral al aglio e olio (1,3,4,6,10)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y leche (7) (**) (12)		Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
kcal 653 Líp 22,7 Prot 34,9 HdC 77		kcal 673 Líp 33,4 Prot 25,3 HdC 68		kcal 658 Líp 14,1 Prot 28,7 HdC 104		kcal 656 Líp 21,9 Prot 22,1 HdC 93		kcal 724 Líp 13,3 Prot 42,8 HdC 108	

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 6-7 años. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

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

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

(**) La leche es una oferta opcional y por lo tanto no se incluye en la valoración general, puesto que puede tomarse o no. Aún así, indicamos que:1



Central de CATERING

CEIP LUIS SOLANA - ENERO 2026

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.



GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuate	Soya	Leche	Frutas	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramujeres	Moluscos
						cáscara							

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
12		13		14		8		9	
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)		Menestra de verduras salteada		<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)</u>		Fiduá (esp.sin alergenos) mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave)		Judías verdes rehogadas con cebollita	
Filete de merluza al limón con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (4)		Filete de conframuslo de pollo al curry (cebolla, ajo, tomate, curry, nata, perejil, aceite, pimienta negra) con arroz integral (7)		Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)		Tortilla francesa de atún claro y ensalada de lechuga, maíz y cebolla (3,4)		Ragout de pavo guisado con patatas (12)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
19 - Día Internacional de las Palomitas de Maíz		20 - Día sostenible			21		22		23
Macarrones esp.sin alergenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (7)		Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)		Guisantes rehogados con ajito y cebolla		Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)		Crema de calabacín y puerros (12)	
Filete de caballa en salsa de tomate con ensalada (2,4,14)		Tortilla española (patata, cebolla) con pimientos (3,12)		Cinta de lomo adobada a la plancha con patatitas dado (12)		Filete de abadejo a la andaluza (harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria (4)		Muslitos de pollo al ajillo con patatas (12)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
26 - Día Mundial de la Educación Ambiental		27		28		29		30	
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)		Brócoli salteado con ajitos		Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, york de pavo)		<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)</u>		Puré de verduras (12)	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3)		Albóndigas de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con patatas dado (10,11,12)		Ventresca de bacalao con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimientos) (2,4,14)		Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)		Salmón al horno con pasta esp.sin alergenos al ajo y aceite (4)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	

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

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

(**) La leche es una oferta opcional y por lo tanto no se incluye en la valoración general, puesto que puede tomarse o no. Aún así, indicamos que: 1 ración son 46 kcal; 1,6 Lip; 3,3 Prot y 4,7 HdC (Fuente: Ficha Técnica Proveedor Leche Pascual)



CEIP LUIS SOLANA - ENERO 2026

Sin huevo



Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.



GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

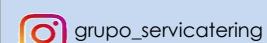
Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuate Soja Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Almendras Moluscos
cáscara

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12	13	14	8	9
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Filete de merluza al limón con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada y leche (7)	Menestra de verduras salteada Filete de conframuslo de pollo al curry (cebolla, ajo, tomate, curry, nata, perejil, aceite, pimienta negra) con arroz integral (7) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza (harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria (4) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con cebollita Ragout de pavo guisado con patatas (12) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
19 - Día Internacional de las Palomitas de Maíz	20 - Día sostenible	21	15	16 - Día Internacional de la Croqueta
Macarrones esp.sin alergenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (7) Filete de caballa en salsa de tomate con ensalada (2,4,14) Fruta de temporada y leche (7)	Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) "Tortilla" española (patata, cebolla) elaborada con harina de garbanzos con pimientos (12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Guisantes rehogados con ajito y cebolla Cinta de lomo adobada a la plancha con patatitas dado (12) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Fiduá (esp.sin alergenos) mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) "Tortilla" francesa de atún claro elaborada con harina de garbanzos y ensalada de lechuga, maíz y cebolla (4) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Patatas marineras (4,12) (salmón, zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
26 - Día Mundial de la Educación Ambiental	27	28	22	23
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con ensalada de lechuga Fruta de temporada y leche (7)	Brócoli salteado con ajitos Albóndigas de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con patatas dado (10,11,12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, york de pavo) Ventresca de bacalao con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimientos) (2,4,14) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros (12) Muslitos de pollo al ajillo con patatas (12) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
			29	30
				Puré de verduras (12) Salmón al horno con pasta esp.sin alergenos al ajo y aceite (4) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)

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

(*) 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.

(**) La leche es una oferta opcional y por lo tanto no se incluye en la valoración general, puesto que puede tomarse o no. Aún así, indicamos que: 1 ración son 46 kcal; 1.6 Lip; 3.3 Prot y 4,7 HdC (Fuente: Ficha Técnica Proveedor Leche Pascual)



CEIP LUIS SOLANA - ENERO 2026

Sin pescado



Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.



GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

cáscara

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12	13	14	8	9
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) <u>Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano</u> Fruta de temporada y leche (7)	Menestra de verduras salteada Filete de conframuslo de pollo al curry (cebolla, ajo, tomate, curry, nata, perejil, aceite, pimienta negra) con arroz integral (7) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos) (1,3,6,10) Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con cebollita Ragout de pavo guisado con patatas (12) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
19 - Día Internacional de las Palomitas de Maíz	20 - Día sostenible	21	15	16 - Día Internacional de la Croqueta
Macarrones integrales carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10) <u>Tortilla francesa con ensalada</u> (3) Fruta de temporada y leche (7)	Alubias blancas ECO hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Tortilla española (patata, cebolla) con pimientos (3,12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Guisantes rehogados con ajito y cebolla Cinta de lomo adobada a la plancha con patatitas dado (12) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Fiduá mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave) (1,3,6,10) Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y cebolla (3) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (12) <u>(zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel)</u> Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
26 - Día Mundial de la Educación Ambiental	27	28	22	23
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) <u>Tortilla francesa con ensalada de lechuga</u> (3) Fruta de temporada y leche (7)	Brócoli salteado con ajitos Albóndigas de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con patatas dado (10,11,12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, york de pavo) Filete de pollo con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimientos) Fruta de temporada y leche (7) (**) (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos) (1,3,6,10) Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros (12) Muslitos de pollo al ajillo con patatas (12) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
29	30			

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

(**) 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.

(**) La leche es una oferta opcional y por lo tanto no se incluye en la valoración general, puesto que puede tomarse o no. Aún así, indicamos que: 1 ración son 46 kcal; 1,6 Lip; 3,3 Prot y 4,7 HdC (Fuente: Ficha Técnica Proveedor Leche Pascual)

CEIP LUIS SOLANA - ENERO 2026

Sin legumbre



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**.



GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
12		13		14		15		16 - Día Internacional de la Croqueta	
Macarrones con tomate (esp.sin alergenos)		Menestra de verduras salteada sin legumbre		<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)</u>		<u>Fiduá (esp.sin alergenos) mixta (zanahoria, ragout de pollo, pimiento verde y rojo, cebolla, caldo de ave)</u>		Patatas marineras (4,12) (salmón, zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel)	
Filete de merluza al limón con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (4)		Filete de conframuslo de pollo al curry (cebolla, ajo, tomate, curry, nata, perejil, aceite, pimienta negra) con <u>arroz integral</u> (7)		<u>Complemento del cocido: zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) (no garbanzos)</u>		<u>Tortilla francesa de atún claro y ensalada de lechuga, maíz y cebolla (3,4)</u>		<u>Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga</u>	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
19 - Día Internacional de las Palomitas de Maíz		20 - Día sostenible		21		22		23	
Macarrones esp.sin alergenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (7)		<u>Sopa de fideos (esp.sin alergenos) (caldo de ave, puerro, zanahoria)</u>		<u>Coliflor rehogada con ajito y cebolla</u>		<u>Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)</u>		Crema de calabacín y puerros (12)	
Filete de caballa en salsa de tomate con ensalada (2,4,14)		Tortilla española (patata, cebolla) con pimientos (3,12)		Cinta de lomo adobada a la plancha con patatitas dado (12)		<u>Filete de abadejo a la andaluza (harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria (4)</u>		Muslitos de pollo al ajillo con patatas (12)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	
26 - Día Mundial de la Educación Ambiental		27		28		29		30	
Macarrones con tomate (esp.sin alergenos)		Brócoli salteado con ajitos		Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, york de pavo)		<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)</u>		Puré de verduras (12)	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3)		Albóndigas de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con patatas dado (10,11,12)		Ventresca de bacalao con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimientos) (2,4,14)		<u>Complemento del cocido: zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) (no garbanzos)</u>		Salmón al horno con pasta esp.sin alergenos al ajo y aceite (4)	
Fruta de temporada y leche (7)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y leche (7) (**)		Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)	

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

(*) 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.

(**) La leche es una oferta opcional y por lo tanto no se incluye en la valoración general, puesto que puede tomarse o no. Aún así, indicamos que: 1 ración

