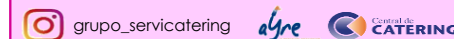


CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2026

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.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6
Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada Fruta de temporada y leche (7)	Fideuá mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) (1,3,6,10) Filete de abadejo a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga y cebolla Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Cinta de lomo adobada a la plancha con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano Fruta de temporada y leche (7) (**)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) Huevos revueltos con picadillo de chorizo (3) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada (4) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
kcal 625 Lip 22,4 Prot 31,7 HdC 74	kcal 658 Lip 18,4 Prot 40,7 HdC 82	kcal 672 Lip 26,1 Prot 25,6 HdC 84	kcal 608 Lip 22,7 Prot 30,6 HdC 70	kcal 641 Lip 23,3 Prot 41,4 HdC 66
9 - CELEBRAMOS EL DÍA DE LA TORTILLA	10	11	12	13
Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Tortilla de patatas con ensalada de maíz y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y leche (7)	Brócoli rehogado con cebolla y ajito Ragout de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con puré de patata casero (7,12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Filete de merluza al limón con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada y leche (7) (**)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla) Ventresca de bacalao en salsa de tomate con pasta salteada (1,2,3,4,6,10,14) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
kcal 676 Lip 27,0 Prot 48,1 HdC 60	kcal 673 Lip 33,4 Prot 25,3 HdC 68	kcal 626 Lip 21,3 Prot 31,7 HdC 77	kcal 655,89 Lip 21,9 Prot 22,1 HdC 93	kcal 707 Lip 36,8 Prot 63,5 HdC 30
16	17	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!
Crema de calabacín y puerros (12) Hamburguesa de ternera a la plancha con ensalada (10,11,12) Fruta de temporada y leche (7)	Spaguettis carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10) Filete de pescadilla al horno con guarnición de zanahorias rehogadas (cebolla, ajo y orégano) (4) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Alubias blancas ECO guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Filete de pollo a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y leche (7) (**)	Coliflor Orly (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Salmón a la naranja con guarnición de arroz integral (4) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Huevos cocidos en salsa verde (ajo, caldo de verduras, harina de maíz, perejil, aceite, guisantes) (3) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
kcal 658 Lip 27,5 Prot 33,3 HdC 69	kcal 704 Lip 23,4 Prot 37,2 HdC 86	kcal 696 Lip 22,9 Prot 38,1 HdC 84	kcal 685,13 Lip 21,2 Prot 27,3 HdC 96	kcal 719 Lip 25,4 Prot 56,6 HdC 66
23 - Día mundial del aprendizaje	24 - Día sostenible	25	26 - Día mundial del clima	27 - FESTIVO EN MADRID
Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria y fiambre de pavo) Filete de merluza al ajoarriero (tomate, ajo, cebolla) con pimientos (4) Fruta de temporada y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Puré de verduras (12) Ragout de pollo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada y leche (7) (**)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Pasta pomodoro (1,3,6,10) (salsa de tomate casera y orégano) Filetitos de caballa en aceite con ensalada (4) Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
kcal 665 Lip 21,6 Prot 52,5 HdC 65	kcal 648 Lip 21,0 Prot 23,9 HdC 91	kcal 591 Lip 14,8 Prot 32,8 HdC 82	kcal 656 Lip 21,9 Prot 22,1 HdC 93	kcal 666 Lip 29,8 Prot 49,0 HdC 50

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 6-9 años.

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)

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
 Gluten Cereales Huesos Pescado Cocido Sopa Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfites Alérgenos Moluscos
 (adorno)



VACACIONES



Menú sin gluten

 grupo_servicatering
 


DECLARACIÓN DE ALERGENOS													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Coco/te	Soja	Lácteos	Frutas	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2026

Menú sin huevo

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**.



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6
Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla)	Fideuá mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) (pasta esp.sin alérgenos)	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Arroz con salsa de tomate casera
Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada	Filete de abadejo a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga y cebolla	Cinta de lomo adobada a la plancha con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano	"Tortilla" francesa con picadillo de chorizo elaborada con harina de garbanzos y ensalada de maíz y zanahoria	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada (4)
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
9 - CELEBRAMOS EL DÍA DE LA TORTILLA	10	11	12	13
Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)	Brócoli rehogado con cebolla y ajito	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla)
"Tortilla" de patatas elaborada con harina de garbanzos con ens. de maíz y zanahoria rallada (12)	Ragout de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con puré de patata casero (7,12)	Filete de merluza al limón con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano (4)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)	Ventresca de bacalao en salsa de tomate con pasta esp.sin alérgenos salteada (2,4,14)
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
16	17	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!
Crema de calabacín y puerros (12)	Pasta esp.sin alérgenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (7)	Alubias blancas ECO guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)(12)	Coliflor Orly (elaborada harina de maíz)	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)
Hamburguesa de ternera a la plancha con ensalada (10,11,12)	Filete de pescadilla al horno con guarnición de zanahorias rehogadas (cebolla, ajo y orégano) (4)	Filete de pollo a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz	Salmón a la naranja con guarnición de arroz integral (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con guisantes
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
23 - Día mundial del aprendizaje	24 - Día sostenible	25	26 - Día mundial del clima	27
Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria y fiambre de pavo)	Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)	Pasta pomodoro (esp.sin alérgenos)(salsa de tomate casera y orégano)
Filete de merluza al ajorriero (tomate, ajo, cebolla) con pimientos (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzos con ensalada (3)	Ragout de pollo guisado con patatas dado (12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)	Filetitos de caballa en aceite con ensalada (4)
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
30	31	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)		
		 Ingredientes ecológicos Pescados sostenibles Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA Productos integrales GASTRONOMÍA LOCAL Productos con DOP 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 Gluten Crustáceos Huevos Pescado Coco/te Soja Leche Frutos de Ágave Miel Sésamo Alfalfa Alérgenos Wolram		



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuetes	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Moluscos	Símbolo	Sulfitos	Alérgenos	Miel

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2026

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**.



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6
Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla)	Fideuá mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) (1,3,6,10)	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)	Patatas con verduras (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12)	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)
Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada	Ragout de pavo en salsa con ensalada de lechuga y cebolla 	Cinta de lomo adobada a la plancha con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano	Huevos revueltos con picadillo de chorizo (3) y ensalada de maíz y zanahoria	Hamburguesa de ternera a la plancha (10,11,12) con ensalada
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
9 - CELEBRAMOS EL DÍA DE LA TORTILLA	10	11	12	13
Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)	Brócoli rehogado con cebolla y ajito	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla)
Tortilla de patatas con ensalada de maíz y zanahoria rallada (3,12) 	Ragout de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con puré de patata casero (7,12)	Cinta de lomo adobada a la plancha con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12)	Ragout de pavo en salsa de tomate con pasta salteada (1,3,6,10)
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
16	17	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!
Crema de calabacín y puerros (12)	Spaguettis carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)(12)	Coliflor Orly (elaborada harina de maíz)	Potaje de garbanzos con espinacas (sin migas de bacalao)
Hamburguesa de ternera a la plancha con ensalada (10,11,12)	Tortilla francesa (3) con guarnición de zanahorias rehogadas (cebolla, ajo y orégano)	Filete de pollo a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz	Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de arroz integral	Huevos cocidos en salsa verde (ajo, caldo de verduras, harina de maíz, perejil, aceite,guisantes) (3) 
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
23 - Día mundial del aprendizaje	24 - Día sostenible	25	26 - Día mundial del clima	27
Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria y fiambre de pavo)	Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)	Pasta pomodoro (1,3,6,10)(salsa de tomate casera y orégano)
Cinta de lomo adobada a la plancha con pimientos salteados 	Tortilla francesa con ensalada (3) 	Ragout de pollo guisado con patatas dado (12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout ternera, chorizo (12) 	Hamburguesa de ternera a la plancha con ensalada (10,11,12)
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y leche (7) (**)	Fruta, leche (7) (**) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada y Postre lácteo (7) (*)
30	31	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)		
				



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

Gluten Cereales Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ácido Lácteo Sésamo Sulfitos Alérgenos Miel

Además

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2026

Menú sin legumbre

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**.



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6
Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla)	<u>Fideuá mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) (pasta esp. sin alérgenos)</u>	<u>Sopa de fideos (esp. sin alérgenos) (caldo de ave, puerro, zanahoria)</u>	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)
Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada	<u>Filete de abadejo a la andaluza (harina de maíz, 4) con ensalada de lechuga y cebolla</u>	Cinta de lomo adobada a la plancha con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano	Huevos revueltos con picadillo de chorizo (3) y ensalada de maíz y zanahoria	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada (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) (*)
9 - CELEBRAMOS EL DÍA DE LA TORTILLA	10	11	12	13
<u>Pasta esp. sin alérgenos con tomate</u>	Brócoli rehogado con cebolla y ajito	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)	<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. sin alérgenos)</u>	<u>Puré de verduras sin legumbre (12)</u>
Tortilla de patatas con ensalada de maíz y zanahoria rallada (3,12)	Ragout de ternera en salsa (puerro, cebolla, zanahoria, ajo, pimienta negra, caldo de pollo) con puré de patata casero (7,12)	Filete de merluza al limón con gajos de tomate aliñado con AOVE y orégano (4)	<u>Complemento del cocido: zanahoria, ave, ragout, ternera, chorizo (12) (sin garbanzos)</u>	Ventresca de bacalao en salsa de tomate con pasta salteada (1,2,3,4,6,10,14)
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) (*)
16	17	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!
Crema de calabacín y puerros (12)	<u>Pasta esp. sin alérgenos carbonara (nata, bacon, cebolla, pimienta negra) (7)</u>	<u>Verdura salteada sin legumbre</u>	<u>Coliflor Orly (elaborada harina de maíz)</u>	<u>Sopa de fideos (esp. sin alérgenos) (caldo de ave, puerro, zanahoria)</u>
<u>Hamburguesa de ternera esp. sin alérgenos a la plancha con ensalada</u>	Filete de pescadilla al horno con guarnición de zanahorias rehogadas (cebolla, ajo y orégano) (4)	Filete de pollo a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz	Salmón a la naranja con guarnición de arroz integral (4)	<u>Huevos cocidos en salsa verde (ajo, caldo de verduras, harina de maíz, perejil, aceite) con lechuga (3)</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) (*)
23 - Día mundial del aprendizaje	24 - Día sostenible	25	26 - Día mundial del clima	27
Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria y fiambre de pavo)	<u>Verdura salteada sin legumbre</u>	<u>Puré de verduras sin legumbre (12)</u>	<u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. sin alérgenos)</u>	<u>Pasta pomodoro (esp. sin alérgenos) (salsa de tomate casera y orégano)</u>
Filete de merluza al ajonjolio (tomate, ajo, cebolla) con pimientos (4)	<u>Tortilla francesa con ensalada (3)</u>	Ragout de pollo guisado con patatas dado (12)	<u>Complemento del cocido: zanahoria, ave, ragout, ternera, chorizo (12) (sin garbanzos)</u>	Filetitos de caballa en aceite con ensalada (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) (*)
30	31	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)		

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahute Soja Leche Frutos Ágiles Nueces Sésamo Sulfitos Alérgenos Mixtos
aditivos