

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 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	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



grupo_servicatering



CATERING

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9 - Día mundial de la agricultura	JUEVES 10	VIERNES 11
	FESTIVO	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada (*) y leche (7) kcal 647 Lip 21,4 Prot 39,4 HdC 74	Rollitos de primavera al horno (1) Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 669 Lip 13,3 Prot 23,6 HdC 114	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*) kcal 655 Lip 20,2 Prot 28,7 HdC 90
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada kcal 615 Lip 18,2 Prot 44,9 HdC 68	Spaguettis ECO al aggio e olio (1,3,6,10) Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10) kcal 677 Lip 20,2 Prot 29,0 HdC 95	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*) kcal 664 Lip 20,3 Prot 17,1 HdC 103	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10) kcal 623 Lip 24,7 Prot 13,9 HdC 86	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de abadejo a la andaluza (rebosado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*) kcal 692 Lip 22,0 Prot 58,2 HdC 66
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7) kcal 638 Lip 23,8 Prot 44,1 HdC 62	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 681 Lip 35,0 Prot 25,8 HdC 66	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada kcal 626 Lip 18,8 Prot 25,8 HdC 88	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 672 Lip 26,5 Prot 24,3 HdC 84	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*) kcal 677 Lip 25,6 Prot 36,0 HdC 76
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada kcal 678 Lip 23,3 Prot 41,4 HdC 76	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 698 Lip 26,1 Prot 24,7 HdC 91	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*) kcal 684 Lip 23,2 Prot 38,8 HdC 80	WELCOME BACK to SCHOOL	

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.

El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 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**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering



LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9 - Día mundial de la agricultura	JUEVES 10	VIERNES 11
	FESTIVO	Pasta esp.sin alergenos con salsa de tomate y orégano Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada (*) y leche (7)	Rollitos de primavera al horno (1) Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada) (queso rallado) (1,6,7,10) "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de abadejo a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria (1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamus toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) "Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzo con pimientos verdes al horno Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 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.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	FESTIVO			
		Pasta esp.sin alergenosen salsa de tomate y orégano Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada (*) y leche (7)	Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Garbanzos ECO estofadas con arroz integral (zanahoria, pimienta verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenosen al aggio e olio Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada			
		Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) <u>Filete de abadejo a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria</u> Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)				
	Pannini Margarita casero al horno (pan sin gluten, tomate, queso y orégano) (7) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenosen) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada			WELCOME BACK to SCHOOL	
	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 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.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos 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
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	FESTIVO	Pasta esp.sin alergenos con salsa de tomate y orégano Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada (*) y leche (7)	Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) Aroz integral con verduritas y ensalada de tomate Fruta de temporada (*)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada	<u>Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio</u> Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Aroz integral con tomate y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac, oliva) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Salteado de verduras sin legumbre (berenjena, calabacín, zanahoria, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla) Filete de abadejo a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	<u>Pannini Margarita casero al horno (pan sin gluten, tomate, queso y orégano) (7)</u> Aroz con tomate y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac, oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras sin legumbre rehogada (zanahoria, pimiento verde y rojo, coliflor) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla Fruta de temporada (*)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido sin garbanzos: zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Aroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Salteado de verduras sin legumbre (berenjena, calabacín, zanahoria, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*)	Coliflor rehogada al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin carne de cerdo

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	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



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	FESTIVO	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada (*) y leche (7)	Rollitos de primavera al horno (1) Cassola valenciana (arroz integral al horno con garbanzos, tomate, ajo, cebolla, caldo de verduras casero y patatas) y ensalada de tomate Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada	Spaguettis ECO al aggio e olio (1,3,6,10) Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada) (queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de abadejo a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria (1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Filete de pollo al horno con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, ideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido sin carne de cerdo: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)	WELCOME BACK to SCHOOL	

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP LUIS SOLANA - MENÚ SEPTIEMBRE 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.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	FESTIVO	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) <u>Tortilla francesa c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (3)</u> Fruta de temporada (*) y leche (7)	Rollitos de primavera al horno (1) Cassola valenciana (<u>arroz integral</u> al horno con garbanzos, tomate, ajo, cebolla, caldo de verduras casero y patatas) y ensalada de tomate Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con patatas dado al horno Fruta de temporada	Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) <u>Filete de pollo al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena)</u> Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con <u>arroz integral</u> (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada) (queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) <u>Lacón al horno con ensalada de maíz y zanahoria</u> Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) <u>Filete de pollo al horno a la vizcaína con ensalada de tomate</u> Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, <u>hideos integrales</u>) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
<u>Arroz integral</u> con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) <u>Lacón al horno con ensalada de la huerta</u> (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)	WELCOME BACK to SCHOOL	

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.