

ESCUELA INFANTIL - OCTUBRE 2025

Todas las comidas se acompañarán de pan integral o pan blanco y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres y pastas 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 Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos cáscara



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES											
6		7		8		9		10											
Lentejas ECO estofadas con verduras (calabacín, zanahoria, cebolla, tomate) (12) Tortilla española con ensalada de tomate (3) Fruta de temporada		Fideuá mixta (pollo y verduras) (1,3,6,10) Filete de salmón a la naranja con verduras (4) Postre lácteo (7)		Espaguetis integrales pomodoro (1,3,6,10) Croquetas de bacalao con ens. Lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada		Judías verdes rehogadas con cebolla y ajito Contramuslo de pollo asado a las finas hierbas con ens. de maíz y zanahoria Fruta de temporada		Sopa de picadillo (1,3,6,10) Fil. de merluza en salsa de tomate con patatas al horno (4,12) Postre lácteo (7)											
kcal 612	Líp 31,1	Prot 21,9	HdC 61	kcal 677	Líp 25,6	Prot 36,0	HdC 76	kcal 702	Líp 19,9	Prot 21,7	HdC 109	kcal 683	Líp 22,3	Prot 34,4	HdC 86	kcal 643	Líp 20,1	Prot 45,5	HdC 70
13		14		15		16		17											
Crema de coliflor (12) Cinta de lomo al horno con patatas dado (12) Fruta de temporada		Coditos con tomate y fiambre de pavo (1,3,6,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Postre lácteo (7)		Guisantes rehogados con cebolla y ajito Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (6,10,11,12) Fruta de temporada		Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) Complemento: garbanzos ECO , verdura, morcillo, ave, chorizo (12) Fruta de temporada		Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pechuga de pavo cocida, maíz) Filete de bacalao a la vizcaína con pimientos rojos (2,4,14) Postre lácteo (7)											
kcal 588	Líp 19,1	Prot 38,3	HdC 66	kcal 664	Líp 32,1	Prot 26,1	HdC 68	kcal 733	Líp 19,1	Prot 38,2	HdC 102	kcal 593	Líp 18,0	Prot 18,2	HdC 89	kcal 777	Líp 17,1	Prot 46,8	HdC 109
20		21		22		23		24											
Crema de calabaza y zanahoria (12) Filete de salmón en salsa de verduras y pasta integral salteada (1,3,4,6,10,12) Fruta de temporada		Judías blancas ECO a la hortelana (12) Tortillón de calabacín con tomate asado al orégano (3) Postre lácteo (7)		Panaché de verduras rehogadas Albóndigas de ternera en salsa con patatas (6,10,11,12) Fruta de temporada		Patatas riojanas (12) Filete de pescadilla a la andaluza con ens. Lechuga, maíz y zanahoria (1,4,6,10) Fruta de temporada		Paella marinera (verduras y merluza) (4) Ragout de pollo con jardinera (12) Postre lácteo (7)											
kcal 654	Líp 20,0	Prot 31,2	HdC 87	kcal 690	Líp 23,1	Prot 44,0	HdC 77	kcal 645	Líp 12,9	Prot 39,5	HdC 93	kcal 618	Líp 32,4	Prot 35,0	HdC 47	kcal 676	Líp 33,8	Prot 36,5	HdC 56
27		28		29		30		31											
Macarrones integrales con tomate y bacon (1,3,6,10) Palometa a la Bilbaína con ensalada (2,4,14) Fruta de temporada		Lentejas ECO estofadas con verduras (calabacín, zanahoria, cebolla, tomate) (12) Filete de pollo al horno al limón con patatitas dado (12) Postre lácteo (7)		Patatatas guisadas con ave (12) Pescadilla en salsa verde con calabacín (4) Fruta de temporada		Garbanzos guisados con verduras (12) Tortilla francesa con ensalada de tomate natural (3) Fruta de temporada		Puré de verduras naturales (12) Carcamus de cerdo con arroz (12) Postre lácteo (7)											
kcal 721	Líp 28,0	Prot 39,4	HdC 78	kcal 752	Líp 31,8	Prot 54,4	HdC 62	kcal 706	Líp 28,3	Prot 27,0	HdC 86	kcal 624	Líp 13,6	Prot 17,9	HdC 108	kcal 621	Líp 21,1	Prot 27,8	HdC 80

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