

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 6 Crema Solferino
- Abadejo a la Vizcaína
- Patatitas Asadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada



FESTIVO

20 Arroz Integral con Tomate
Buñuelos de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

27 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 7 Potaje de Lentejas
- Tortilla de Calabacín
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 14 Puchero de Garbanzos
- Abadejo con Salsa de Adobo
- Judías Verdes Salteadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 21 Crema de Verduras
- Tortilla de Calabacín
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 28 Potaje de Lentejas
- Palitos de Merluza
- Menestra Rehogada
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 1 Crema de Puerro y Zanahoria
- Filete de Abadejo al Horno
- Pisto Riojano
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 1**
 - Crema de Puerro y Zanahoria
 - Filete de Abadejo al Horno
 - Pisto Riojano
 - Pan Integral
 - Fruta de Temporada

- 8**
 - Arroz Integral al Curry
 - Merluza al Horno al Ajillo
 - Menestra Salteada
 - Pan Integral
 - Fruta de Temporada

- 15 Paella de Marisco
- Tortilla de Patata
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 22 Potaje de Alubias Blancas
- Abadejo al Horno al Limón
- Patatitas Rehogadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

29 Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 2 Macarrones Capreses
- Caballitas en Aceite
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

2	Macarrones Capreses Caballitas en Aceite
	Ensalada Verde
	Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Yogur Natural
9	Pasta con Tomate Tortilla Francesa
	Ensalada Verde
	Pan Integral
	Fruta de Temporada
	Yogur Natural

- 16 Lentejas con Verduras
- Cabellitas en Aceite
- Ensalada Picada
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 23 Fideua de Verduras
- Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 30** Alubias Blancas Guisadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

3	Garbanzos Guisados Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada
10	Alubias Pintas Estofadas Merluza al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada

- 17** Pasta a la Casera
- Tortilla Francesa
- Jardinera de Verduras
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 24 Garbanzos Guisados
- Merluza al Romero
- Arroz Pilaf Integral
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 31** Macarrones Napolitana
- Merluza al Horno en Salsa de Adobo
- Judías Verdes Rehogadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
[6] Crema Solferino Abadejo a la Vizcaína Patatas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada	[7] Potaje de Lentejas Tortilla de Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[1] Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada	[2] Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[3] Garbanzos Guisados Pollo con Chimichurri Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada
[13]	[14] Puchero de Garbanzos Abadejo con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[8] Arroz Integral al Curry Albóndigas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada	[9] Pasta con Tomate Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[10] Alubias Pintas Estofadas Merluza al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada
 FESTIVO		[15] Paella de Marisco Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	[16] Lentejas con Verduras Caballitas en Aceite Ensalada Picada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[17] Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinería de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada
[20] Arroz Integral con Tomate Bacalao al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	[21] Crema de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[22] Potaje de Alubias Blancas Chuleta de Pavo en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	[23] Fideua de Verduras Pinchito de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[24] Garbanzos Guisados Merluza al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada
[27] Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	[28] Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[29] Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	[30] Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	[31] Macarrones Napolitana Merluza al Horno en Salsa de Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada

mediterránea

OCTUBRE 2025.

Sin Proteína de la Leche de Vaca - - CEIP Juan Guell

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 6** Crema Solferino
Abadejo a la Vizcaína
Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 7** Potaje de Lentejas
Tortilla de Calabacín
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja



- 13**
- 20** Arroz Integral con Tomate
Bacalao al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 27** Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 1** Crema de Puerro y Zanahoria
Pavo al Horno
Pisto Riojano
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 8** Arroz Integral al Curry
Albóndigas en Salsa
Menestra Salteada
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 14** Puchero de Garbanzos
Abadejo con Salsa de Adobo
Judías Verdes Salteadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja
- 15** Paella de Marisco
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 21** Crema de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja
- 22** Potaje de Alubias Blancas
Chuleta de Pavo en Salsa
Patatitas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 28** Potaje de Lentejas
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja
- 29** Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 2** Pasta con Tomate
Caballitas en Aceite
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

- 9** Pasta con Tomate
Pavo al Horno
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

- 16** Lentejas con Verduras
Caballitas en Aceite
Ensalada Picada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

- 23** Fideua de Verduras
Pinchito de Pollo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

- 30** Alubias Blancas Guisadas
Salchichas al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

- 3** Garbanzos Guisados
Pollo con Chimichurri
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 10** Alubias Pintas Estofadas
Merluza al Horno al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 17** Pasta a la Casera
Pollo al Horno Marinado
Jardinería de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 24** Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 31** Macarrones Napolitana
Merluza al Horno en Salsa de Adobo
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

mediterránea

OCTUBRE 2025.

Triturado - - CEIP Juan Guel

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

[6] Triturado de Verduras con Pescado

[7] Triturado de Lentejas con Huevo

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas



[13]

[14] Triturado de Garbanzos con Pescado

[15] Triturado de Verduras con Huevo

[16] Triturado de Lentejas con Pescado

[17] Triturado de Verduras con Pollo

[20] Triturado de Verduras con Pavo

[21] Triturado de Verduras con Huevo

[22] Triturado de Alubias con Cerdo

[23] Triturado de Verduras con Pollo

[24] Triturado de Garbanzos con Pescado

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

[27] Triturado de Zanahoria y Patata con Huevo

[28] Triturado de Lentejas con Cerdo

[29] Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado

[30] Triturado de Alubias con Pollo

[31] Triturado de Calabaza y Patata con Pescado

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas
Yogur Natural

Triturado de Frutas

mediterránea