

Lunes

3 Crema de Verduras ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Martes

4 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

Jueves

6 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

7 Patatas Viudas
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

10 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Legumbre + Fruta

12 Macarrones con Tomate
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

17 Espirales con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

18 Garbanzos Estofados con Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

19 Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

21 Crema de Coliflor
Palometa al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

24 Paella de Verduras
Merluza al Horno
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

26 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28 Papas con Choco
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Verduras ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	4 Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Hamburguesa de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	6 Coditos al Gratén Merluza a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	7 Patatas Viudas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	11 Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	12 Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	13 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Arroz Campesina Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Espirales con Verdura y Tomate Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Tomate Hamburguesa de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	21 Crema de Coliflor Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Paella de Verduras Pollo Asado Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	26 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	28 Papas con Choco Flamenquines Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 3** Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Martes

- 4** Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 5** Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Magro de Cerdo Estofado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Jueves

- 6** Pasta Sin Gluten al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Viernes

- 7** Patatas Viudas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 10** Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 11** Crema de Verduras ECO
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 12** Pasta Sin Gluten con Tomate
Cinta de Lomo Asada con Manzana

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 13** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14** Arroz Campesina
Palometa con Tomate
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 17** Pasta sin gluten ni huevo con Verdura y Tomate
Bacalao a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 18** Garbanzos Estofados con Patata
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19** Arroz con Tomate
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20** Potaje de Alubias Viudas Blancas.
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 21** Crema de Coliflor
Albóndigas de Ternera en Salsa
Zanahoria en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 24** Paella de Verduras
Magro de Cerdo con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25** Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

- 26** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 27** Crema de Calabacín y Zanahoria ECO
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 28** Papas con Choco
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Febrero 2025

Sin Pescado, Legumbre ni Frutos Secos - - CEIP Balcon del Tajo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	4 Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5 Crema de Calabacín ECO Magro de Cerdo Estofado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	6 Sopa de Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	7 Patatas Viudas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
10 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	11 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	12 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Crema de Verduras ECO Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	14 Arroz Campesina Sin Guisantes Tortilla Francesa Pimientos Asados Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta
17 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	18 Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	19 Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta	20 Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	21 Crema de Coliflor Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Paella de Verduras Magro de Cerdo con Tomate Champiñón Rehogado Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	26 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	28 Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Febrero 2025

Sin Huevo, Frutos secos, Cerdo, Legumbre, Pescado ni Ajo - - CEIP Balcon

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada	4 Arroz con Tomate Pimientos Asados Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada	5 Crema de Calabacín ECO Arroz Pilaf Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	6 Sopa de Arroz Calabacin al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	7 Patatas Viudas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur
10 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada	11 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	12 Arroz con Tomate Champiñón Rehogado Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada	13 Crema de Verduras ECO Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata	14 Arroz Campesina Sin Guisantes Ensalada de Lechuga y Tomate Pimientos Asados Fruta de Temporada y Yogur
17 Crema de Verduras ECO Arroz Pilaf Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada	18 Estofado de Patatas con Verduras Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	19 Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	20 Sopa de Arroz Champiñón Rehogado Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada	21 Crema de Coliflor Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada y Yogur
24 Paella de Verduras Pollo Asado Champiñón Rehogado Fruta de Temporada	25 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada	27 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO Arroz Pilaf Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada	28 Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur

mediterránea

NO SE UTILIZARÁ AJO EN LA ELABORACIÓN DE LOS PLATOS
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)
 R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.