

Lunes

3



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Guisantes a la Sevillana
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Jueves

6

Espirales con Tomate
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

7

Crema de Zanahoria ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

10 Judías Verdes con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

11 Estofado de Patatas con Verduras
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

13 Arroz con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 Crema de Calabacín ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

18 Coditos con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

20 Paella de Verduras
Abadejo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

24 Arroz con Tomate
Sardinas a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

26 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

28 Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

31 Crema de Coliflor
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

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



FESTIVO

10 Judías Verdes con Tomate
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

17 Crema de Calabacín ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

24 Arroz con Tomate
Sardinas a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

31 Crema de Coliflor
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Martes

4



FESTIVO

11 Patatas a la Riojana
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

18 Pasta Sin Gluten con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Miércoles

5

Guisantes a la Sevillana
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

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

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Jueves

6

Pasta Sin Gluten con Tomate
Pollo Asado
Zanahoria Rehogada
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Arroz con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Paella de Verduras
Abadejo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

Viernes

7

Crema de Zanahoria ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

21 Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

28 Pasta Sin Gluten con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + 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



FESTIVO

Martes

4



FESTIVO

Miércoles

5

Guisantes a la Sevillana
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Jueves

6

Espirales con Tomate
Caballa en Aceite
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

Viernes

7

Crema de Zanahoria ECO
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

10 Judías Verdes con Tomate
Abadejo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

11 Estofado de Patatas con Verduras
Salmón al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

12 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Guisantes Rehogados.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 Crema de Calabacín ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

18 Coditos con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

20 Paella de Verduras
Abadejo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

24 Arroz con Tomate
Sardinas a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

25 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

26 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Verduras ECO
Salmón al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

28 Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

31 Crema de Coliflor
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

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 Marzo 2025

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3  FESTIVO	4  FESTIVO	5 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	6 Arroz con Tomate Pollo Asado Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	7 Crema de Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
10 Crema de Verduras ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	11 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 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	13 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Calabacín Rehogado Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	14 Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Carne + Fruta
17 Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Dado Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	18 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	19 Crema de Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	20 Paella de Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	21 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Carne + Fruta
24 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25 Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate 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 + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada Cena: Pasta + Carne + Lácteo	28 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
31 Crema de Coliflor Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo				

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 Marzo 2025

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

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

mediterránea