

## 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

## Martes

4



FESTIVO

## 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

## Jueves

6

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

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

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

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

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

12 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

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

**Cena:** Verdura + Ave + 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

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

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

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

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

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

**Cena:** Verdura + Ave + 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

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

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

26 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

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

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo

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

31 Crema de Coliflor  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten 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	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3</p>  <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>4</p>  <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>5</p> <p>Guisantes a la Sevillana Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>6</p> <p>Espirales con Tomate Caballa en Aceite Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta</p>	<p>7</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>10</p> <p>Judías Verdes con Tomate Abadejo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>13</p> <p>Arroz con Tomate Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta</p>	<p>14</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>17</p> <p>Crema de Calabacín ECO Merluza al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>20</p> <p>Paella de Verduras Abadejo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>21</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta</p>
<p>24</p> <p>Arroz con Tomate Sardinas a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>27</p> <p>Crema de Verduras ECO Salmón al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Macarrones con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>31</p> <p>Crema de Coliflor Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>				

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
<p>3</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>4</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>5</p> <p>Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>6</p> <p>Arroz con Tomate Pollo Asado Zanahoria Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>7</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>10</p> <p>Crema de Verduras ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>13</p> <p>Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Calabacín Rehogado</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>14</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>
<p>17</p> <p>Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Dado</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo</p>	<p>20</p> <p>Paella de Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21</p> <p>Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>
<p>24</p> <p>Arroz con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>27</p> <p>Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>31</p> <p>Crema de Coliflor Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo</p>				

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
<b>3</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>4</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>5</b> Crema de Verduras ECO Arroz Pilaf Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada	<b>6</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Zanahoria Rehogada  Fruta de Temporada	<b>7</b> Crema de Zanahoria ECO Champiñón Rehogado Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada y Yogur
<b>10</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno  Patatas Panadera  Fruta de Temporada	<b>11</b> Estofado de Patatas con Verduras Champiñón Rehogado  Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada	<b>12</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  Fruta de Temporada	<b>13</b> Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno  Calabacín Rehogado  Fruta de Temporada	<b>14</b> Crema de Zanahoria ECO Salchichas de Pavo al Horno  Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada y Yogur
<b>17</b> Crema de Calabacín ECO Filete de Pollo al Horno Patatas Dado  Fruta de Temporada	<b>18</b> Arroz con Tomate Calabacín al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada	<b>19</b> Crema de Zanahoria ECO Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada	<b>20</b> Paella de Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada	<b>21</b> Crema de Verduras ECO Arroz Pilaf Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada y Yogur
<b>24</b> Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno  Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada	<b>25</b> Crema de Zanahoria ECO Arroz Pilaf  Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada	<b>26</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  Fruta de Temporada	<b>27</b> Crema de Verduras ECO Pollo Asado  Patatas Dado  Fruta de Temporada	<b>28</b> Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno  Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada y Yogur
<b>31</b> Crema de Coliflor Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada				

mediterránea