

MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Merluza a la Plancha
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 3
Paella Mixta
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Lentejas con Calabaza
Abadejo a la Molinera
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Gallo San Pedro en Salsa
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Macarrones a la Española
Merluza en Salsa Verde
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Fideos
Cocido Madrileño
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Merluza a la Romana
Judías Verdes Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Judías Blancas Guisadas
Palometa a la Riojana
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa Casera a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Garbanzos Castellanos
Abadejo a la Vizcaína
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Merluza Enharinada
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Macarrones con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Lentejas con Arroz
Bacalao Orly
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Jamón York Extra al Horno
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo o Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🦀 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🥚 - pescados
- 🌿 - mostaza
- 🍄 - frutos de cáscara
- 🍷 - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🍷 - huevo
- 🌿 - soja
- 🌿 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - sulfitos

Alergia al Huevo



MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Merluza a la Plancha
Verduritas Dado
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 3
Paella Mixta
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 5
Lentejas con Calabaza
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Gallo San Pedro en Salsa
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 10
Coditos a la Española
Tortilla de Calabacín
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Cocido
Cocido Madrileño
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Merluza a la Romana
Judías Verdes Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Revuelto de Jamón York Extra
Ens de Lechuga y Zanah
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Judías Blancas Guisadas
Palometa a la Riojana
Ensalada Mixta
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 19
Sopa Maravilla
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa Casera a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Garbanzos Castellanos
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Cebolla
Y de Soja o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Merluza Enharinada
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Espirales con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
Y de Soja o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Lentejas con Arroz
Bacalao Orly
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Jamón York Extra al Horno
Ens de Lechuga y Maiz
Y de Soja o Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🐞 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🥚 - huevo
- 🌿 - apio
- 🐚 - crustáceos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🌱 - soja
- 🌾 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🧂 - sulfitos

Alergia a la proteína de la leche o Intolerancia a la Lactosa



MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Merluza a la Plancha
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 3
Paella Mixta
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Crema de Verduras
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Gallo San Pedro en Salsa
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Macarrones a la Española
Tortilla de Calabacín
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Fideos
Cocido Madrileño
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Merluza a la Romana
Judías Verdes Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Revuelto de Jamón York Extra
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Judías Blancas Guisadas
Palometa a la Riojana
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa de Fideos
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa Casera a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Garbanzos Castellanos
Tortilla de Queso
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Merluza Enharinada
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Macarrones con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Crema de Verduras
Bacalao Orly
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Jamón York Extra al Horno
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo o Fruta

LEYENDA

- cacahuete
- altramuces
- gluten
- mostaza
- frutos de cáscara
- pescado
- crustáceos
- huevo
- apio
- soja
- sésamo
- leche
- moluscos
- sulfitos
- puede contener trazas de varios alérgenos

Menú Cardiosaludable

Celiacos



MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Merluza a la Plancha
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 3
Paella Mixta
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Crema de Verduras
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Gallo San Pedro en Salsa
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Coditos a la Española
Tortilla de Calabacín
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Fideos
Ternera con Verduras
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Merluza a la Romana
Verduras Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Revuelto de Jamón York Extra
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Menestra de Verdura
Palometa a la Riojana
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa Maravilla
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa Casera a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Menestra de Verdura
Tortilla de Queso
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Merluza Enharinada
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Espirales con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Crema de Verduras
Bacalao Orly
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Jamón York Extra al Horno
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo o Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🐞 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🥚 - huevo
- 🌿 - mostaza
- 🐚 - frutos de cáscara
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥛 - leche
- 🌿 - soja
- 🌿 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍷 - moluscos

Menú Cardiosaludable

Alergia a la Legumbre



MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Merluza a la Plancha
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 3
Paella Mixta
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Lentejas con Calabaza
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Gallo San Pedro en Salsa
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Coditos a la Española
Tortilla de Calabacín
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Cocido
Cocido Madrileño
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Merluza a la Romana
Judías Verdes Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Revuelto de Jamón York
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Judías Blancas Guisadas
Palometa a la Riojana
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa Maravilla
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Garbanzos Castellanos
Tortilla de Queso
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Merluza Enharinada
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Espirales con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Lentejas con Arroz
Bacalao Orly
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Lacón a la Gallega
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo o Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🥚 - pescados
- 🌿 - mostaza
- 🐚 - frutos de cáscara
- 🍷 - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🍷 - huevo
- 🌿 - soja
- 🌿 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - sulfitos

Menú Cardiosaludable

Alergia a los Frutos Secos



MONDAY 1
NO LECTIVO

TUESDAY 2
Macarrones Amatriciana
Hamburguesa a la Plancha
Verduritas Dado
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 3
Arroz Salteado
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

THURSDAY 4
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 5
Lentejas con Calabaza
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada

MONDAY 8
Arroz a la Boloñesa
Fil de Pollo a la Plancha
Ensalada Mixta
Fruta Variada

TUESDAY 9
Patatas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 10
Coditos a la Española
Tortilla de Calabacín
Verduritas Dado
Fruta Variada

THURSDAY 11
Crema de Zanahorias
Pollo Asado
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 12
Sopa de Cocido
Cocido Madrileño
Fruta Variada

MONDAY 15
Macarrones Napolitana
Ragout de Ternera
Judías Verdes Rehogadas
Fruta Variada

TUESDAY 16
Arroz con Tomate
Revuelto de Jamón York
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 17
Crema Parmentier
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Variada

THURSDAY 18
Judías Blancas Guisadas
Magro a la Jardinera
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 19
Sopa Maravilla
Contramuslo a la Cazadora
Verduritas Dado
Fruta Variada

MONDAY 22
Arroz con Verduras
Hamburguesa a la Plancha
Ensalada de Lechuga
Fruta Variada

TUESDAY 23
Garbanzos Castellanos
Tortilla de Queso
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta

WEDNESDAY 24
Crema de Calabacín
Contramuslo de Pollo
Arroz Pilaf
Fruta Variada

THURSDAY 25
Espirales con Tomate
Lomo en Salsa
Duo de Verduras
P. Lácteo o Fruta

FRIDAY 26
Sopa de Fideos
Jamoncitos de Pollo
Patatas Dado
Fruta Variada

MONDAY 29
Lentejas con Arroz
Chuleta de Cerdo a la Naranja
Menestra Rehogada
Fruta Variada

TUESDAY 30
Espaguetis al Ajillo
Lacón a la Gallega
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo o Fruta

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuzes
- 🌾 - gluten
- 🍷 - mostaza
- 🐚 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌻 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐌 - moluscos
- 👤 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Alergia al Pescado



<p>MONDAY 1</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>TUESDAY 2</p> <p>Macarrones Amatriciana 🍷🍷 Tortilla de Espinacas 🍷 Verduritas Dado Fruta Variada</p>	<p>WEDNESDAY 3</p> <p>Arroz Salteado Menestra de Verduras 🍷 Ensalada Mixta Fruta Variada</p>	<p>THURSDAY 4</p> <p>Crema Hortelana Brócoli Rehogado Patatas Fritas Fruta Variada</p>	<p>FRIDAY 5</p> <p>Lentejas con Calabaza 🍷 Tortilla Española 🍷 Ens de Lechuga y Zanah Fruta Variada</p>
<p>MONDAY 8</p> <p>Arroz con Tomate Tortilla Francesa 🍷 Ensalada Mixta Fruta Variada</p>	<p>TUESDAY 9</p> <p>Patatas Guisadas Coliflor a la Plancha 🍷 Ens de Lechuga y Cebolla Fruta Variada</p>	<p>WEDNESDAY 10</p> <p>Coditos con Tomate 🍷🍷 Tortilla de Calabacín 🍷 Verduritas Dado Fruta Variada</p>	<p>THURSDAY 11</p> <p>Crema de Zanahorias Guisantes con Cebolla Patatas Panadera Fruta Variada</p>	<p>FRIDAY 12</p> <p>Sopa de Fideos 🍷🍷 Repollo con Garbanzos Verduritas al Vapor Fruta Variada</p>
<p>MONDAY 15</p> <p>Macarrones Napolitana 🍷🍷 Calabacín a la Plancha Judías Verdes Rehogadas Fruta Variada</p>	<p>TUESDAY 16</p> <p>Arroz con Tomate Huevos Revueltos 🍷 Ens de Lechuga y Zanah 🍷 Fruta Variada</p>	<p>WEDNESDAY 17</p> <p>Crema Parmentier Alcachofas al Ajo Patatas Fritas Fruta Variada</p>	<p>THURSDAY 18</p> <p>Judías Blancas Guisadas Lombarda con Manzana 🍷 Ensalada Mixta Fruta Variada</p>	<p>FRIDAY 19</p> <p>Sopa Maravilla 🍷🍷 Pisto Manchego Verduritas Dado Fruta Variada</p>
<p>MONDAY 22</p> <p>Arroz con Verduras Coliflor al Vapor 🍷 Ensalada de Lechuga Fruta Variada</p>	<p>TUESDAY 23</p> <p>Garbanzos Guisados Tortilla Francesa 🍷 Ens de Lechuga y Cebolla 🍷 Fruta Variada</p>	<p>WEDNESDAY 24</p> <p>Crema de Calabacín Espinacas con Patatas Arroz Pilaf Fruta Variada</p>	<p>THURSDAY 25</p> <p>Espirales con Tomate 🍷🍷 Menestra Rehogada Duo de Verduras Fruta Variada</p>	<p>FRIDAY 26</p> <p>Sopa de Fideos 🍷🍷 Huevos Revueltos 🍷 Patatas Dado Fruta Variada</p>
<p>MONDAY 29</p> <p>Lentejas con Arroz Tortilla Francesa 🍷 Menestra Rehogada Fruta Variada</p>	<p>TUESDAY 30</p> <p>Espaguetis al Ajillo 🍷🍷 Verduritas Salteadas 🍷 Ens de Lechuga y Maiz 🍷 Fruta Variada</p>			

LEYENDA

🍫 - cacahuete	🍄 - altramuzes	🍷 - gluten
🍷 - mostaza	🍎 - frutos de cáscara	🐟 - pescado
🌿 - apio	🦀 - crustáceos	🍷 - huevo
🌱 - soja	🌱 - sésamo	🥛 - leche
🐌 - moluscos	🍷 - sulfitos	⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

DIETA OVO-VEGETARIANA

