

ALERGIA AL HUEVO

Mes de Noviembre de 2025

CUTASA

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Paella Mixta  
Lomo a la Plancha  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Escalopines en Salsa  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Salmón al Horno  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 18

Espaguetis a la Boloñesa  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 24

Macarrones con Chorizo  
Escalopines a la Plancha  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan



MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Merluza al Horno  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan Integral



MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Abadeja a la Molinera  
Ensalada Mixta  
Yogur o Fruta, Pan



JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, Pan Integral



VIERNES 7

Sopa de Cocido con Fideos  
Cocido ECO Completo



Fruta Temporada y Pan

MIÉRCOLES 12

Alubias Blancas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Yogur o Fruta, Pan



JUEVES 13

Sopa de Fideos  
Bacalao con Tomate  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Caseras Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan



MIÉRCOLES 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lentejas ECO a la Madrileña  
Ensalada del Chef  
Yogur o Fruta, Pan



JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan Integral



VIERNES 21

Judías Pintas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan



MIÉRCOLES 26

Sopa de Cocido con Fideos  
Cocido ECO Completo



JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Ragout de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, Pan Integral



VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Merluza a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan



● cacahuate    ○ mostaza    ▲ apio    ■ soja    ● moluscos    ○ altramuces    ● frutos de cáscara    ○ crustáceos    ○ sésamo    ■ sulfitos    ○ glúten    ● pescado    ○ huevo    ■ leche    △ puede contener trazas



ALERGIA O INTOLERANCIA  
AL GLUTEN

Mes de Noviembre de 2025

CUTASA

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Paella Mixta  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta de temporada y pan



LUNES 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Salmón al Horno  
Patatas Dado  
Yogur y pan



MARTES 18

Espaguetis a la Boloñesa  
Tortilla Francesa  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta de temporada y pan



LUNES 24

Macarrones con Chorizo  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Yogur y pan



MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Merluza con Mahonesa  
Verduritas Dado  
Fruta de temporada y pan



MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Abadeja a la Molinera  
Ensalada Mixta  
Fruta de temporada y pan



MIÉRCOLES 12

Alubias Blancas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Fruta de temporada y pan



MIÉRCOLES 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lomo a la Plancha  
Ensalada del Chef  
Fruta de temporada y pan



MIÉRCOLES 26

Sopa de Cocido con Fideos  
Cocido ECO Completo



JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas fritas  
Fruta de temporada y pan



JUEVES 13

Sopa de Fideos  
Bacalao con Tomate  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta de temporada y pan



JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta de temporada y pan



JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Ragout de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta de temporada y pan



VIERNES 7

Sopa de Cocido con Fideos  
Cocido ECO Completo



VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Caseras Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta de temporada y pan



VIERNES 21

Judías Pintas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta de temporada y pan



VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Merluza a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta de temporada y pan



● cacahuate   ● mostaza   ● apio   ● soja   ● moluscos   ● altramuces   ● frutos de cáscara   ● crustáceos   ● sésamo   ● sulfitos   ● glúten   ● pescado   ● huevo   ● leche   ● Δ puede contener trazas



ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LA LECHE  
O INTOLERANCIA A LA LACTOSA

Mes de Noviembre de 2025

CUTASA

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Paella Mixta  
Tortilla Francesa  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Abadeja a la Molinera  
Ensalada Mixta  
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo en Salsa  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 7

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 12

Alubias Blancas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

JUEVES 13

Sopa de Estrellas  
Bacalao con Tomate  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Caseras Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 17

Crema de Calabacín  
Salmón al Horno  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 18

Macarrones Integrales Boloñesa  
Tortilla Francesa  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lentejas ECO a la Madrileña  
Ensalada del Chef  
Y de Soja o Fruta, Pan y Agua

JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 21

Judías Pintas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 24

Espirales con Chorizo  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Merluza con Mahonesa  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 26

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Ragout de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Merluza a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan

● cacahuete

● mostaza

● apio

● soja

● moluscos

● altramuces

● frutos de cáscara

● crustáceos

● sésamo

● sulfitos

● glúten

● pescado

● huevo

● leche

● puede contener trazas



ALERGIA A LAS LEGUMBRES

## Mes de Noviembre de 2025

CUTASA

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Paella Mixta  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Salmón al Horno  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 18

Macarrones Integrales Boloñesa  
Tortilla Francesa  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



LUNES 24

Espirales con Chorizo  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Merluza con Mahonesa  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan Integral



MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Abadeja a la Molinera  
Ensalada Mixta  
Yogur o Fruta, Pan



MIÉRCOLES 12

Patatas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Yogur o Fruta, Pan



MIÉRCOLES 19

Brócoli Rehogado  
Lomo a la Plancha  
Ensalada del Chef  
Yogur o Fruta, Pan



MIÉRCOLES 26

Sopa de Fideos  
Ternera con Verduritas  
Yogur o Fruta, Pan



JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, Pan Integral



JUEVES 13

Sopa de Estrellas  
Bacalao con Tomate  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral



JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan Integral



JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Ragout de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, Pan Integral



VIERNES 7

VIERNES 7

Sopa de Fideos  
Ternera con Verduritas  
Fruta Temporada y Pan



VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Caseras Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan



VIERNES 21

Patatas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan



VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Merluza a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan



● cacahuate   ● mostaza   ● apio   ● soja   ● moluscos   ● alframues   ● frutos de cáscara   ● crustáceos   ● sésamo   ● sulfitos   ● glúten   ● pescado   ● huevo   ● leche   ● Δ puede contener trazas



ALERGIA AL PESCADO

## Mes de Noviembre de 2025

**CUTASA**

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Arroz con Verduras  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Pavo en Salsa  
Ensalada Mixta  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 7

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 12

Alubias Blancas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 13

Sopa de Estrellas  
Ragout de Pavo  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Escalopines en Salsa  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 18

Macarrones Integrales Boloñesa  
Tortilla Francesa  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lentejas ECO a la Madrileña  
Ensalada del Chef  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 21

Judías Pintas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 24

Espirales con Chorizo  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Filete de Pollo a la Plancha  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 26

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Roti de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Escalopines a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan

● cacahuete   ● mostaza   ● apio   ● soja   ● moluscos   ● altramuces   ● frutos de cáscara   ● crustáceos   ● sésamo   ● sulfitos   ● glúten   ● pescado   ● huevo   ● leche   ● ▲ puede contener trazas



ALERGIA A LOS FRUTOS SECOS

Mes de Noviembre de 2025

CUTASA

LUNES 3

NO LECTIVO

MARTES 4

Paella Mixta  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 5

Patatas con Costillas  
Abadeja a la Molinera  
Ensalada Mixta  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 6

Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 7

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

LUNES 10

NO LECTIVO

MARTES 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 12

Alubias Blancas Guisadas  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Panadera  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 13

Sopa de Estrellas  
Bacalao con Tomate  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 14

Crema de Acelgas y Zanah  
Albóndigas Guisadas  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Salmón al Horno  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 18

Macarrones Integrales Boloñesa  
Tortilla Francesa  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lentejas ECO a la Madrileña  
Ensalada del Chef  
Yogur o Fruta, Pan

JUEVES 20

Arroz con Tomate  
Filete de Pollo a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 21

Judías Pintas Estofadas  
Lomo a la Plancha  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan

LUNES 24

Espirales con Chorizo  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan

MARTES 25

Patatas guisadas con Magro  
Merluza con Mahonesa  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan Integral

MIÉRCOLES 26

Sopa de Cocido  
Cocido ECO Completo

JUEVES 27 ACCIÓN DE GRACIAS

Crema de Calabaza  
Roti de Pavo  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, Pan Integral

VIERNES 28

Arroz a la Milanesa  
Merluza a la Plancha  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan

● cacahuate   ● mostaza   ● apio   ● soja   ● moluscos   ● altramuces   ● trufas de cáscara   ● crustáceos   ● sésamo   ● sulfitos   ● glúten   ● pescado   ● huevo   ● leche   ● △ puede contener trazas



## OVOLACTEVEGETARIANA

## Mes de Noviembre de 2025

MONDAY 3

NO LECTIVO

TUESDAY 4

Arroz con Verduras  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

WEDNESDAY 5

Guisantes Rehogados  
Patatas Estofadas c/Verduras  
Ensalada Mixta  
Yogur o Fruta, Pan

THURSDAY 6

Crema de Verduras  
Hamburguesa de soja a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

FRIDAY 7

Sopa de Verduras  
Garbanzos con verduras  
Fruta Temporada y Pan

MONDAY 10

NO LECTIVO

TUESDAY 11

Arroz con Verduras  
Huevos Revueltos  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

WEDNESDAY 12

Judías verdes rehogadas c/patacón  
Alubias Blancas Guisadas  
Fruta Temporada y Pan

THURSDAY 13

Sopa de Estrellas  
Tortilla de Queso  
Lechuga, Tomate y Zanah  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

FRIDAY 14

Guisantes Rehogados  
Seitán en Salsa  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada y Pan

MONDAY 17

Crema de Calabacín y Quesito  
Hamburguesa de Lentejas  
Patatas Dado  
Fruta Temporada y Pan

TUESDAY 18

Macarrones Int. con Tomate  
Tortilla de Queso  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

WEDNESDAY 19

Judías Verdes Rehogadas  
Lentejas a la Madrileña  
Ensalada del Chef  
Yogur o Fruta, Pan

THURSDAY 20

Arroz con Tomate  
Huevos revueltos  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

FRIDAY 21

Rostí de patata  
Judías Pintas Estofadas  
Calabacín Salteado  
Fruta Temporada y Pan

MONDAY 24

Espirales con Tomate  
Tortilla fr de Calabacín  
Lechuga, Tomate y Maíz  
Fruta Temporada y Pan

TUESDAY 25

Patatas Estofadas con Verduras  
Hamburguesa de soja a la plancha  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

WEDNESDAY 26

Sopa de Verduras  
Garbanzos con verduras  
Yogur o Fruta, Pan

THURSDAY 27

Crema de Calabaza  
Estofado de Tofu  
Puré de Patata  
Fruta Temporada, **Pan Integral**

FRIDAY 28

Arroz con Verduras  
Huevos revueltos  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada y Pan

- cacahuete

- mostaza

- apio

- soja

- moluscos

- altramuces

- frutos de cáscara

- crustáceos

- sésamo

- sulfitos

- gluten

- pescado

- huevo

- leche

- puede contener trazas de varios

LEYENDA

