

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9 Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	10 Pasta con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	11 Judías Verdes Rehogadas con Patata Salchichas Mixtas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	12 Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	13 Arroz Campesina Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
16 Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	17 Garbanzos Estofados con Patatas Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	18 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	19 Potaje de Alubias Viudas Blancas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	20 Coliflor a la Italiana Albóndigas de Pollo y Ternera en Salsa Zanahorias en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo
23 Macarrones con Salsa de Calabaza Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	24 Lentejas Con Arroz Carcamusas Guisantes en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	25 Menestra de Verduras con York y Chorizo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	26 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	27 Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
30 Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + 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
9 Crema de Verduras Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	10 Crema de Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	11 Brocoli Salteado Jamoncitos de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	12 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	13 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
16 Crema de Verduras Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	17 Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	18 Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	19 Crema de Calabacín Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	20 Brocoli Salteado Filete de Pollo al Horno Zanahorias en Guiso  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo
23 Crema de Calabaza Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	24 Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	25 Brocoli Salteado Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	26 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido con Verdura y Patata  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	27 Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón  Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
30 Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Fritas  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + 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 C.Real Septiembre 2024

Sin Proteína de la Leche de Vaca - - CEIP Dulcinea del Toboso

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>9</b> Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>10</b> Pasta con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Judías Verdes Rehogadas con Patata Jamoncitos de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>12</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Arroz Campesina Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>16</b> Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>17</b> Garbanzos Estofados con Patatas Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>18</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>19</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Brocoli Salteado Filete de Pollo al Horno Zanahorias en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta
<b>23</b> Macarrones con Tomate Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>24</b> Lentejas Con Arroz Carcamusas Guisantes en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>25</b> Menestra de Verduras Rehogada Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>26</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>27</b> Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>30</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> 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
<b>9</b> Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>10</b> Pasta con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>11</b> Judías Verdes Rehogadas con Patata Jamoncitos de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>13</b> Arroz Campesina Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>16</b> Espirales con Verduras y Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>17</b> Garbanzos Estofados con Patatas Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>18</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>19</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>20</b> Coliflor a la Italiana Filete de Pollo al Horno Zanahorias en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo
<b>23</b> Macarrones con Salsa de Calabaza Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>24</b> Lentejas Con Arroz Carcamusas Guisantes en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Menestra de Verduras con York y Chorizo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Lácteo	<b>26</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Crema de Zanahoria ECO Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
<b>30</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + 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.