

Diciembre 2025

Sin Cerdito - - CEIP Dulcinea del Toboso

Lunes

- [1] Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- [2] Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- [3] Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- [4] Coliflor con Ajada
Macarrones con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Viernes

- [5] Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdito)

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

[8]



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

[9]

- Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

[10]

- Sopa de Marisco
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

[11]

- Coditos con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

[12]

- Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- [15] Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

[16]

- Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

[17]

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

[18]

- Sopa de Fideos
Cocido (Sin Cerdito)

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

[19]

- Ensalada Mixta
Filete de Pollo al Horno
Patatas Chips
Aqua
Postre Especial

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

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.

Diciembre 2025

Sin Gluten - - CEIP Dulcinea del Toboso

Lunes

- 1 Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 2 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 3 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 4 Coliflor con Ajada
Macarrones con Atún (sin gluten)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Viernes

- 5 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo

Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

9

- Brócoli Gratinado
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

10

- Sopa de Arroz
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

11

- Macarrones con Tomate (pasta sin Gluten)
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

12

- Judías Pintas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

- 15 Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

16

- Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

17

- Judías Verdes con Tomate
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo

Pan sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Salchicha Frankfurt
Patatas Chips
Agua
Postre Especial

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

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.

Diciembre 2025

Sin Frutos Secos - - CEIP Dulcinea del Toboso

Lunes

- 1** Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 2** Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 3** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 4** Coliflor con Ajada
Macarrones con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Viernes

- 5** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

9

- Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

10

- Sopa de Marisco
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

11

- Coditos con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

12

- Judías Pintas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 15** Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

16

- Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

17

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso
Patatas Chips
Aqua
Postre Especial

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

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.

Diciembre 2025

Sin Lactosa - - CEIP Duincinea de/ Toboso

Lunes

- [1] Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- [2] Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- [3] Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- [4] Coliflor con Ajada
Macarrones con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Viernes

- [5] Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

- [9] Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- [10] Sopa de Marisco
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- [11] Coditos con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- [12] Judías Pintas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

[8]

[9]

[10]

[11]

[12]

- [15] Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- [16] Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

- [17] Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- [18] Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- [19] Ensalada Mixta
Salchicha Frankfurt
Patatas Chips
Aqua
Macedonia de Fruta Casera

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta



Diciembre 2025

Sin Crustáceos - - CEP Dulcinea del Toboso

Lunes

- 1** Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 2** Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 3** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 4** Coliflor con Ajada
Macarrones con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Viernes

- 5** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

9

- Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

10

- Sopa de Arroz
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

11

- Coditos con Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

12

- Judías Pintas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 15** Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

16

- Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

17

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso
Patatas Chips
Aqua
Postre Especial

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

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.

Diciembre 2025

Sin Legumbres - - CEP Dulcinea del Toboso

Lunes

- 1 Arroz con Salsa de Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 2 Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 3 Crema de Calabaza
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 4 Coliflor con Ajada
Arroz con Salsa de Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Viernes

- 5 Sopa de Arroz
Filete de Pollo al Horno
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8



FESTIVO

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

9

- Brócoli Gratinado
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

10

- Sopa de Arroz
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

11

- Arroz con Salsa de Tomate
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

12

- Crema de Calabacín
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Agua
Fruta de Temporada

- 15 Arroz con Salsa de Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

16

- Crema de Zanahoria ECO
Tortilla de Patata con Cebolla Casera
Ensalada de Lechuga y Tomate
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

17

- Calabacín Gratinado
Merluza a la Bilbaína
Ensalada de Lechuga
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- Sopa de Arroz
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado
Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Filete de Pollo al Horno
Patatas Chips
Agua
Postre Especial

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

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.