

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Patata + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + 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>4</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + 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>4</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + 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>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Crema de Verduras ECO Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Magro en Salsa Arroz Pilaf Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Arroz con Tomate Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria en Guiso Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + 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>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Medallón de Salmón y Calabaza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + 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.

# Menú Guadalajara Noviembre 2024

Sin Legumbre ni Frutos Secos - - CEIP La Paloma (Guadalajara)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Crema de Verduras ECO Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Magro en Salsa Arroz Pilaf Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Arroz con Tomate Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Crema de Zanahoria ECO Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria en Guiso Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + 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.

# Menú Guadalajara Noviembre 2024

Sin Huevo (sí trazas) ni Cacahuete - - CEIP La Paloma (Guadalajara)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Pasta Boloñesa Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + 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>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>6</b> Crema de Verduras ECO Garbanzos con Carne Magra, Verdura y Patata Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Arroz con Tomate Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Garbanzos con Carne Magra y Verdura Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón al horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Jurel al Horno Pimientos Asados Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + 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.