

Menú Guadalajara Noviembre 2025

Sin Cerdo - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta
10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Judías Verdes con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Crema de Calabaza ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	13 Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	14 
17 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta	19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	27 Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: 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 2025

Sin Gluten - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Coliflor a la Gallega Pasta Sin Gluten Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta</p>	<p>5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>7 Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>10 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>11 Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>12 Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>13 Pasta Sin Gluten al Gratiné Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>14 </p>
<p>17 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>20 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>21 Guiso de Menestra Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Pasta Sin Gluten con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>25 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>27 Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>28 Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: 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 2025

Sin Frutos Secos - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Coliflor a la Gallega</p> <p>Macarrones Boloñesa de Ternera</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Arroz + Pescado + Lácteo</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>4 Judías Blancas Estofadas con Verduras</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Patata + Carne + Fruta</p> <p>Cena: Patata + Carne + Fruta</p>	<p>5 Arroz a Banda</p> <p>Caballa en Aceite</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Huevo + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>6 Sopa de Cocido</p> <p>Cocido Completo</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Pescado + Fruta</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>7 Crema de Calabacín ECO</p> <p>Merluza a la Andaluza</p> <p>Tomate Aliñado con AOVE</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Arroz + Ave + Fruta</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>
<p>10 Lentejas Estofadas con Verduras</p> <p>Tortilla de Patata con Cebolla.</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Arroz + Pescado + Fruta</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>11 Judías Verdes con Tomate</p> <p>Lomo al Ajillo</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Huevo + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>12 Crema de Calabaza ECO</p> <p>Albóndigas de Pollo en Salsa</p> <p>Zanahoria ECO en Guiso</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Patata + Pescado + Fruta</p> <p>Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>13 Coditos al Gratén</p> <p>Delicias de Bacalao</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Carne + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>14</p>
<p>17 Lentejas Castellanas</p> <p>Tortilla Francesa</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Carne + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>18 Crema de Zanahoria ECO</p> <p>Pollo Asado</p> <p>Patatas Dado</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Pasta + Pescado + Fruta</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>19 Paella de Verduras</p> <p>Merluza a la Bilbaína</p> <p>Pimientos Asados</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Ave + Fruta</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>20 Sopa de Cocido</p> <p>Cocido Completo</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Pescado + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>21 Guiso de Menestra</p> <p>Espirales con Atún</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Patata + Huevo + Fruta</p> <p>Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>24 Coditos con Tomate</p> <p>Tortilla de Patata con Cebolla.</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Pescado + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>25 Crema de Verduras ECO</p> <p>Magro de Cerdo con Tomate</p> <p>Arroz Pilaf</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Patata + Huevo + Fruta</p> <p>Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>	<p>26 Garbanzos Encebollados</p> <p>Merluza al Horno</p> <p>Patatas Panadera</p> <p>Pan Integral y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Carne + Fruta</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>27 Arroz con Tomate</p> <p>Escalope de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p>Verdura + Pescado + Lácteo</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>28 Lentejas Estofadas con Verduras</p> <p>Salmón al Horno</p> <p>Tomate Aliñado con AOVE</p> <p>Pan y Agua</p> <p>Fruta de Temporada y Yogur</p> <p>Arroz + Ave + Fruta</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: 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 2025

Sin Lentejas - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta
10 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	13 Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	14 
17 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta	19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	27 Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: 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 2025

Bajo en Grasas/Co/estero/ - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO Merluza al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Desnatado Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta
10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Crema de Calabaza ECO Pollo Asado Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	13 Coditos con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	14
17 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta	19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Desnatado Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	27 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Desnatado Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: 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 2025

Rica en Fibra, sin Lácteos - - CEIP Castillo de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Crema de Verduras ECO Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	6 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne Magra y Verdura Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	7 Crema de Calabacín ECO Merluza al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta
10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Crema de Calabaza ECO Pollo Asado Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	13 Coditos con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	14 
17 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta	19 Coliflor Rehogada Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta
24 Coditos con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Calabacín al Horno Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	27 Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	28 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: 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.