


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

mediterránea

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

mediterránea

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

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div><div>3</div><div>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</div></div>	<div><div>4</div><div>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</div></div>	<div><div>5</div><div>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</div></div>	<div><div>6</div><div>Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div></div>	<div><div>7</div><div>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</div></div>
<div><div>10</div><div>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</div></div>	<div><div>11</div><div>Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</div></div>	<div><div>12</div><div>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</div></div>	<div><div>13</div><div>Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div></div>	<div><div>14</div><div><div>FESTIVO</div></div></div>
<div><div>17</div><div>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</div></div>	<div><div>18</div><div>Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta</div></div>	<div><div>19</div><div>Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta</div></div>	<div><div>20</div><div>Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>	<div><div>21</div><div>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</div></div>
<div><div>24</div><div>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</div></div>	<div><div>25</div><div>Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta</div></div>	<div><div>26</div><div>Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta</div></div>	<div><div>27</div><div>Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>	<div><div>28</div><div>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</div></div>

mediterránea

Menú Guadalajara Noviembre 2025

Bajo en Grasa/Colesterol - - CEIP Castillo de Píoz

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	<div></div> FESTIVO
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, 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 2025

Rica en Fibra; sin Lácteos - - CEIP Castillo de Pío

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

mediterránea