



MENÚ SIN LEGUMBRE

octubre 2026

Educamos *Acompañamos*

SEMANA 1	1º PLATO				Jueves 1	Viernes 2					
	2º PLATO				CREMA DE CALABAZA ECOLÓGICA Y PATATA	BORRAJA CON PATATA					
	GUARNICIÓN				JAMONCITOS DE POLLO ASADO A LA SALSA BARBACOA	LIMANDA CON REBOZADO CASERO					
	POSTRE				PATATA COCIDA ALIÑADA CON ACEITE DE OLIVA	ENSALADA CON TOMATE					
PLÁTANO/PAN								FRUTA DEL TIEMPO/PAN INTEGRAL			
SEMANA 2	1º PLATO	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9					
	2º PLATO	MACARRONES CON TOMATE	ACELGAS CON PATATA Y REHOGADAS CON AJO	PURÉ DE PATATA CON PICATOSTES	JUDIAS VERES CON PATATA	ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS					
	GUARNICIÓN	BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE	ESTOFADO DE PAVO AL ESTILO DE LA CASA	PECHUGA DE POLLO A LA JARDINERA	SAN JACOBO	ALBONDIGAS CON TOMATE					
	POSTRE	ENSALADA CON HUEVO DURO		ENSALADA ILUSTRADA	ENSALADA CON ATÚN	PATATAS FRITAS					
YOGUR/PAN								PÁTANO/PAN INTEGRAL	MANZANA/PAN	PERA CONFERENCIA/PAN	FRUTA FRESCA/ PAN INTEGRAL
SEMANA 3	1º PLATO	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16					
	2º PLATO	FESTIVO			FESTIVO			ARROZ CON TOMATE	ESPAGUETIS CON SALSA DE QUESO		
	GUARNICIÓN	FESTIVO			FESTIVO			LOMO A LA MILANESA	MERLUZA A LA VIZCAINA		
	POSTRE	FESTIVO			FESTIVO			ENSALADA ILUSTRADA	PIMIENTOS Y CEBOLLA		
YOGUR/PAN								FRUTA DEL TIEMPO/PAN INTEGRAL			
SEMANA 4	1º PLATO	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Miércoles 22	Miércoles 23					
	2º PLATO	SOPA DE POLLO CON MARAVILLA	ARROZ INTEGRAL CON VERDURA	CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA CON OPCIÓN DE TOPPING DE HUEVO DURO PICADO	BORRAJA CON PATATA	JUDÍA VERDE CON PATATA					
	GUARNICIÓN	TERNERA GUISADA	POLLO ASADO EN SALSA DE MANZANA	BACALAO A LA RIOJANA	TORTILLA DE PATATA	HAMBURGUESA MIXTA EN SALSA DE LA CASA					
	POSTRE		ENSALADA CON TOMATE	PATATA COCIDA	ENSALADA ILUSTRADA CON ATÚN	ENSALADA DE PASTA CON LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA					
FRUTA FRESCA/PAN								PLÁTANO/PAN INTEGRAL	MANAZANA/PAN	FRUTA FRESCA/PAN	YOGUR/PAN INTEGRAL
SEMANA 5	1º PLATO	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30					
	2º PLATO	ACELGAS REHOGADAS	BERZA CON PATATA	ARROZ CON TOMATE	PASTA INTEGRAL CON TOMATE Y QUESO	CREMA DE CALABACÍN CON PATATA					
	GUARNICIÓN	MERLUZA CON REBOZADO CASERO	PECHUGA DE POLLO MILANESA	CINTA DE LOMO FRESCO A LA JARDINERA	PALOMETA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIA	PECHUGA PLANCHA					
	POSTRE	ENSALADA DE PASTA	LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA ILUSTRADA	PIMIENTOS						
YOGUR/PAN								MANZANA/PAN INTEGRAL	PERA/PAN	FRUTA FRESCA/PAN	PLÁTANO/PAN INTEGRAL

Este menú está elaborado cumpliendo la normavita vigente en el Real Decreto 315/2025 referido a las frecuencias de consumo y grupos de alimentos.

LA VALORACIÓN CALÓRICA ESTÁ CALCULADA PARA NIÑOS/AS DE 9 A 13 AÑOS. LA VALORACIÓN PARA LA FRANJA DE 3 A 8 AÑOS CORRESPONDE AL 80% DE LO DETALLADO EN ESTE MENÚ, EN EL RANGO DE 14 A 18 AÑOS A UN 38% MÁS DE LOS INDICADOS. EN LA ETAPA DE 2 AÑOS CORRESPONDE A UN 55% MENOS DE LO DETALLADO EN EL MENÚ.

Para consultar el detalle de los alérgenos presentes en cada plato, consulte el archivo "Alérgenos – Carta Web".