

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

13 Judías Pintas Estofadas
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Yogur Desnatado

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Sopa de Fideos
Garbanzos con Carne Magra, Verdura y Patata
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Coditos con Tomate
Jurel al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8



FESTIVO

15 Judías Verdes Rehogadas
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Macarrones Napolitana
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur Desnatado

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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

- 5** Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 12** Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 19** Arroz con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 6** Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13** Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Fritas
Natillas de Vainilla

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 7** Sopa de Fideos
Cocido sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 14** Coditos con Tomate
Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo**21**

- 1** Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta**8****FESTIVO**

- 15** Judías Verdes Rehogadas
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta**22**

- 2** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Empanadillas de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9** Macarrones Napolitana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 16** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta**23**

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

5 Estofado de Patatas con Verduras

Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina

Merluza a la Andaluza (Harina sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Tomate

Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Crema de Verduras ECO

Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

13 Judías Pintas Estofadas

Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta

Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Natillas de Vainilla

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8

**FESTIVO**

15 Judías Verdes Rehogadas

Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Estofado de Patatas con Verduras

Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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

5 Lentejas Estofadas con Verduras

Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina

Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Arroz con Tomate

Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

6 Crema de Verduras ECO

Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

13 Judías Pintas Estofadas

Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta

Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Natillas de Vainilla

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Sopa de Cocido (Fideos sin Gluten Sin Huevo)

Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

14 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta**FESTIVO**

15 Judías Verdes Rehogadas

Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)

Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Lentejas con Chorizo.

Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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

5 Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina sin Guisantes
Merluza a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Tomate
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

13 Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta
Cinta de Lomo al Horno

Patatas Fritas
Pan y Agua
Natillas de Vainilla

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Coditos con Tomate
Jurel en Salsa de Eneldo

Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8



FESTIVO

15 Brocoli Salteado
Pollo Asado

Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Crema de Zanahoria ECO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Macarrones Napolitana
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa.

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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

5 Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

13 Judías Pintas Estofadas
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

20 Ensalada Mixta
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Coditos con Tomate
Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

1 Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8



FESTIVO

15 Judías Verdes Rehogadas
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9 Macarrones Napolitana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16 Lentejas con Chorizo.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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 Los Olivos Junio 2023

Sin Proteína de Leche de Vaca - - CEIP Los Olivos

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 5** Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 12** Arroz Campesina
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 19** Arroz con Tomate
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 6** Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

- 13** Judías Pintas Estofadas
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 20** Ensalada Mixta
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Pan y Agua
Yogur de Soja

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 7** Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 14** Coditos con Tomate
Jurel en Salsa de Eneldo
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

- 1** Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

8



FESTIVO

- 15** Judías Verdes Rehogadas
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

- 2** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 9** Macarrones Napolitana
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 16** Lentejas con Chorizo.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Verdura + Ave + Fruta

23

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.