SERUNION EDUCA

Menú Basal

Colegio Los Olivos

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO	04 VACACIONES DE VERANO
07 VACACIONES DE VERANO	08 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahoria, aceituna) Ensalada de lechuga y cebolla Plátano y pan integral	09 Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Melón y pan	10 Espaguetis integrales a la napolitana(tomate natural trit, orégano, cebolla, zanahoria) Merluza al horno con infusión de ajo y perejil (ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Sandía y pan integral	11 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) Yogur y manzana y pan
14 Arroz salteado con champiñones(champiñones, cebolla, Salmón al horno con eneldo Zanahoria salteada Melón y pan	15 Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo al ajillo(aceite, ajo, perejil...) Patata panadera al horno Plátano y pan integral	16 Garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla, Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	17 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Macarrones integrales ecológicos con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Sandía y pan integral	18 Alubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
21 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Plátano y pan	22 Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento(tomate nat trit, cebolla, pim Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina maíz) Lechuga y pepino Sandía y pan integral	23 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Melón y pan	24 Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido de garbanzos ahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) Pera conferencia y pan integral	25 Patatas guisadas con carne de cerdo(magro de cerdo,tomate nat trit, Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y manzana y pan
28 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza al horno con ajo y pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	29 Alubias blancas con chorizo (chorizo de guisar, tomate natural , zanah Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Tomate fresco aliñado Plátano y pan integral	30 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) Manzana golden y pan	01	02 • **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

SERUNION EDUCA

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...	Para cenar puede ser...
Verdura	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	Verdura
Legumbres	Verdura o Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
Huevo	carne o Pescado
Pescado	Huevo o carne
Legumbres	Verdura o Huevo
carne	Huevo o Pescado

Fruta o lácteo

DOWN España · FACE Federación de Asociaciones de Celíacos de España · Fundación Vicki Bernadet

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Macarrones integrales ecológicos con salsa	1								9		11			
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza (tom														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Maíz salteado														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	y														
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1													14
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahor														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento,														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Espaguetis integrales a la napolitana(tomat	1								9		11			
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perejil				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	0														
	Semana 3	Lunes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñor														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4	5	6								
			Guarnición	Zanahoria salteada														
		Martes	Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac														
			Segundo	Pollo al ajillo(aceite, ajo, perejil...)														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Miércoles	Primero	Garbanzos con verduras(calabaza,patat,pim														
			Segundo	Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz)				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Jueves	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata														14
			Segundo	Macarrones integrales ecológicos con boloñ	1							8	9	10	11			
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Alubias blancas guisadas con verduras (pim														
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla														
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento														
			Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,c				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate na														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cel	1								9		11			
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2							9					14
			Guarnición	0														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne de cerdo(magro														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,r				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														
	Semana 5	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,ce														
			Segundo	Merluza al horno con ajo y pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Alubias blancas con chorizo (chorizo de guis														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.														14
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate r														14
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	0														
		Viernes	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	0														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche.

SERUNION EDUCA

Menú Sin huevo ,legumbre, frutos secos

Colegio Los Olivos

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO	04 VACACIONES DE VERANO
07 VACACIONES DE VERANO	08 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla) Ensalada de lechuga y cebolla Plátano y pan integral	09 Arroz con pollo y verduras(calabacín, pimiento, zanahoria) Pavo asado con tomate y cebolla Lechuga y tomate fresco Melón y pan	10 Espaguetis sin huevo napolitana(tomate natural trit, orégano, cebolla, zanahoria) Merluza al horno con infusión de ajo y perejil Lechuga y zanahoria rallada Sandía y pan integral	11 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Magro de cerdo estofado (pimiento,cebolla,tomate,ajo) - Yogur y manzana y pan
14 Arroz salteado con champiñones(champiñones, cebolla, ajo...) Salmón al horno con eneldo Zanahoria salteada Melón y pan	15 Brócoli salteado con zanahoria Pollo al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	16 Espinacas salteadas con patatas Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	17 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Macarrones sin soja con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) Lechuga y zanahoria rallada Sandía y pan integral	18 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
21 Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Abadejo al horno Lechuga y tomate fresco Plátano y pan	22 Coliflor salteada Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina maíz) Lechuga y pepino Sandía y pan integral	23 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Melón y pan	24 Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera en caldo corto con patata y zanahoria - Pera conferencia y pan integral	25 Patatas guisadas con carne de cerdo(magro de cerdo,tomate nat trit, Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan
28 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza al horno con ajo y pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	29 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Dorado al horno con majado de ajo y perejil Tomate fresco aliñado Plátano y pan integral	30 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Manzana golden y pan	01	02 • **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo ,legumbre, frutos se

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin huevo ,legumb	Semana 1	Lunes	Primero	Macarrones integrales ecológicos con salsa (	1								9		11			
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza (tom														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanal														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Maíz salteado														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	y														
		Martes	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, c														
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahor				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Arroz con pollo y verduras(calabacín, pimien														
			Segundo	Pavo asado con tomate y cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Espaguetis sin huevo napolitana(tomate nat	1										11			
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perejil				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Crema de acelgas, puerro y zanahoria														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado (pimiento,cebolla,t														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñor														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4	5	6								
			Guarnición	Zanahoria salteada														
		Martes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Miércoles	Primero	Espinacas salteadas con patatas														14
			Segundo	Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz)				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Jueves	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata														14
			Segundo	Macarrones sin soja con salsa de tomate y pa														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, c														
			Segundo	Filete de merluza al horno				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,c														14
			Segundo	Abadejo al horno				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Coliflor salteada														
			Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,c				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tor														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate na														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, poll	1										11	12		14
			Segundo	Ternera en caldo corto con patata y zanahori														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne de cerdo(magro														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,r				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,ce														
			Segundo	Merluza al horno con ajo y pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, c														
			Segundo	Dorado al horno con majado de ajo y perejil				4										
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Crema de acelgas, puerro y zanahoria														14
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate r														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin lactosa, PLV

Colegio Los Olivos

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO	04 VACACIONES DE VERANO
07 VACACIONES DE VERANO	08 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla) Ensalada de lechuga y cebolla Plátano y pan integral	09 Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y tomate fresco Melón y pan	10 Espaguetis integrales a la napolitana(tomate natural trit, orégano, cebolla, zanahoria) Merluza al horno con infusión de ajo y perejil Lechuga y zanahoria rallada Sandía y pan integral	11 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Yogur de soja y manzana y pan
14 Arroz salteado con champiñones(champiñones, cebolla, ajo...) Salmón al horno con eneldo Zanahoria salteada Melón y pan	15 Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,aceite) Pollo al ajillo Patata panadera al horno Plátano y pan integral	16 Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,patat,pimiento,cebolla) Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de col fresca Pera conferencia y pan	17 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Macarrones integrales ecológicos con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja Lechuga y zanahoria rallada Sandía y pan integral	18 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan
21 Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,cebolla,patata) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Lechuga y tomate fresco Plátano y pan	22 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Merluza al horno con salsa de limón(limón,cebolla, harina maíz) Lechuga y pepino Sandía y pan integral	23 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Melón y pan	24 Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Pera conferencia y pan integral	25 Patatas guisadas con carne de cerdo(magro de cerdo,tomate nat trit, Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur de soja y manzana y pan
28 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza al horno con ajo y pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	29 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Tomate fresco aliñado Plátano y pan integral	30 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Manzana golden y pan	01	02 • **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lactosa, PLV

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin lactosa, PLV	Semana 1	Lunes	Primero	Macarrones integrales ecológicos con salsa (	1								9		11			
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza (tom														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanal														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Maíz salteado														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	y														
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1													14
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahor				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento,														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Espaguetis integrales a la napolitana(tomate	1								9		11			
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perejil				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.'														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimier														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Arroz salteado con champiñones(champiñor														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4	5	6								
			Guarnición	Zanahoria salteada														
		Martes	Primero	Salteado de judías verdes (zanahoria, ajo,ac														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con verduras(calabaza,p														14
			Segundo	Abadejo a la andaluza frito(harina de maíz)				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Jueves	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata														14
			Segundo	Macarrones integrales ecológicos con boloñ	1							8	9	10	11			
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pimi														14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3											14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,c														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1													14
			Segundo	Merluza al horno con salsa de limón(limón,c				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(tor														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate na														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puer	1										11	12		14
			Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne de cerdo(magro														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,r				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,ce														
			Segundo	Merluza al horno con ajo y pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pimi														14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.'														14
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate r														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.