

MENÚ COLEGIOS NOVIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Sopa de verduras 1-3 Palometa romana c/ patatas 1-3-4 Yogur 7	4 Varitas de pescado 1-3-4 Jamón asado c/ verduras y arroz Fruta	5 Crema de calabaza Pasta boloñesa 1-3 Yogur 7	6 Sopa de pasta 1-3 Merluza c/ judías y patatas 4 Fruta	7 Crema de calabacín Paella de carne, mejillones, almejas y verduras 12 Fruta
Ensalada de alubias c/ pimiento, tomate y queso feta	Nidos de pasta c/ taquitos de calabaza, langostinos y parmesano	Pimientos rellenos de verduras, bacalao y arroz	Pizza casera de tomate, pimiento verde y mozzarella	Tortilla de patata c/ ensalada de tomate
10 Sopa de cocido 1-3 Salmón al horno c/ menestra de verduras 4 Fruta	11 Crema de zanahorias Carne c/ fideos y pimientos 1-3 Yogur 7	12 Garbanzos vegetales Pizza de jamón cocido y queso 1-3-7 Fruta	13 Menestra de verduras Pollo al horno c/ arroz y ensalada mixta Yogur 7	14 Judías c/ huevo 3 Palometa plancha c/ patatas 4 Fruta
Brécol salteado c/ puerro, pimiento rojo y espirales integrales	Tortilla de espinacas y espárragos	Pechuga guisada de pavo c/ cebolla y boniato	Pimientos del piquillo c/ ventresca y burrata	Timbal de pimiento verde, patata y tomate con queso gratinado
17 Crema de zanahorias Raxo de pollo c/ pasta y verduras 1-3 Yogur 7	18 Patatas a la riojana Merluza romana c/ ensalada mixta 1-3-4 Fruta	19 Lentejas vegetales 1 Milanesa de lomo c/ arroz 1-3 Yogur 7	20 Sopa de pasta 1-3 Guiso de abadejo c/ verduras y patatas 4 Fruta	21 Crema de calabaza Lasaña de carne 1-3-7 Yogur 7
Guiso de alubias c/ verduras	Calabaza asada y tiras de pollo especiadas	Quiche de puerros, queso y tomate	Calabaza y remolacha asadas c/ patata y huevo cocido	Wok de verduras c/ pasta de legumbre y pavo al curry
24 Guisantes c/ jamón Pechuga de pollo c/ arroz Fruta	25 Judías con huevo 3 Pasta c/ atún 1-3-4 Yogur 7	26 Sopa de pasta 1-3 Carne c/ verduras y patatas Fruta	27 Crema de verduras Albóndigas c/ arroz y pimiento 1-3 verde Yogur 7	28 Alubias vegetales Merluza romana c/ patatas 1-3-4 Bica gallega 1-3-7
Tortilla jardinera c/ setas al ajillo	Zanahoria y pimiento amarillo al horno c/ quinoa roja y langostinos	Salteado de cerdo c/ verduras y cuscús	Tosta integral c/ tomate, aguacate y queso fresco	Salteado de berenjena y pimiento verde c/ atún y pasta integral



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



MOLUSCO



ALTRAMUCES



SULFITOS

Leyenda: 1 gluten; 2 crustáceos; 3 huevo; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 apio; 10 mostaza; 11 sésamo; 12 molusco; 13 altramuces; 14 sulfitos