

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cebolla Soja Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
5					6					7					8					9				
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria) Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14) Fruta de temporada y leche (7)					Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14) Tortilla de queso francesa con gajos de tomate aliñados (3,7) Fruta de temporada					Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco Filete de fagonero a la bilbaina (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)				
kcal 770	Líp 26,0	Prot 50,5	HdC 84		kcal 610	Líp 15,7	Prot 26,0	HdC 91		kcal 622	Líp 22,5	Prot 19,1	HdC 86		kcal 675	Líp 18,0	Prot 31,4	HdC 97		kcal 634	Líp 19,1	Prot 46,1	HdC 69	
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"																								
12					13					14					15 - Día del Lavado de Manos					16				
 Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3) Fruta de temporada (*)					Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Cinta de lomo fresca con patatitas al horno Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)				
kcal 683	Líp 17,2	Prot 33,5	HdC 98		kcal 683	Líp 17,2	Prot 33,5	HdC 98		kcal 675	Líp 12,1	Prot 21,4	HdC 120		kcal 722	Líp 19,3	Prot 22,4	HdC 115		kcal 647	Líp 22,6	Prot 37,6	HdC 73	
19					20					21 - Día de la Manzana					22					23				
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y leche (7)					Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10) Fruta de temporada (*)					Puré de calabacín y puerros Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)				
kcal 756	Líp 28,9	Prot 44,3	HdC 80		kcal 727	Líp 14,1	Prot 35,3	HdC 115		kcal 653	Líp 20,7	Prot 17,1	HdC 100		kcal 668	Líp 19,4	Prot 30,4	HdC 93		kcal 656	Líp 21,9	Prot 22,1	HdC 93	
26					27					28 - Día del Judo					29					30				
Arroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4) Fruta de temporada					Guisantes guisados c/verduras Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Fruta de temporada (*)					Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Crema de verduras de temporada Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada				
kcal 717	Líp 24,0	Prot 27,5	HdC 98		kcal 725	Líp 41,4	Prot 30,0	HdC 58		kcal 624	Líp 9,6	Prot 22,1	HdC 112		kcal 742	Líp 22,4	Prot 34,4	HdC 101		kcal 667	Líp 16,6	Prot 36,5	HdC 93	

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin avena

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin mostaza, miel ni cúrcuma

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin espinacas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada (no espinacas)
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin pepino

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin calabaza

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de zanahoria DIA PL PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PL PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PL PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada (no calabaza)
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PL PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin kiwi

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no kiwi) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin mango

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no melón) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin mango

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no mango) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin melocotón

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		PLATO eco
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no melocotón) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin melocotón ni prunáceas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PL PROTEINA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PL PROTEINA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PL PROTEINA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PL PROTEINA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no melocotón ni prunáceas) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin paraguaya ni prunáceas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogueiro a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		PLATO eco
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PLATO PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no melocotón ni prunáceas) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin paraguaya

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PL PROTEINA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		PLATO eco
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PL PROTEINA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) 	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) 	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no paraguaya) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin nueces

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin huevo, melón, piña, kiwi ni frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahute Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Melazas
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados (7)	Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos con salsa de queso (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y patatas panadera	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta (7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas esp.sin alergenos con ensalada de lechuga y zanahoria	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no melón, piña ni kiwi) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin huevo, kiwi ni nuez

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahute Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Melazas
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergen ^{os} al aglio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergen ^{os})
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados (7)	Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergen ^{os} en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergen ^{os} con salsa de queso (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y patatas panadera	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergen ^{os})
"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta (7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas esp.sin alergen ^{os} con ensalada de lechuga y zanahoria	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergen ^{os})	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada (no kiwi) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin huevo ni frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescados Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aglio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fagonero a la bilbaina (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados (7)	Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos con salsa de queso (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y patatas panadera	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta (7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas esp.sin alergenos con ensalada de lechuga y zanahoria	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuate Soja Leche Frutos Ácido Láctico Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	<u>Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel esp.sin alergenos con ensalada de maíz y zanahoria</u>	Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados (7)	<u>Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas sin alergenos (6,10,11,12)</u>	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	<u>Macarrones integrales</u> con salsa de tomate (1,3,6,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
<u>Huevos revueltos con ensalada mixta (3)</u>	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	<u>Ragout de pavo con toque de curry (curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada</u>	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
<u>Arroz integral</u> con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	<u>Fideuá ECO a la cazuela</u> (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	<u>Huevos con bechamel esp.sin alergenos y ensalada mixta (3)</u>	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrica.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan SIN GLUTEN y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Cuscutáceas Huevos Pescados Cacahute Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Melazas
cáscara



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Cinta de lomo al horno con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel esp.sin alergenos con ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos con salsa de queso (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas esp.sin alergenos de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (4)	Tiras de pollo empanadas esp.sin alergenos con ensalada de lechuga y zanahoria	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel esp.sin alergenos y ensalada mixta (3)	Cinta de lomo al horno con gajos de tomate aliñados	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin carne de cerdo

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogueiro a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Ayudonaigas caseras de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (1,3,6,7,10)	Complemento del cocido sin carne de cerdo: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	<u>Filete de pollo con patatitas al horno</u>
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido sin carne de cerdo: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan SIN GLUTEN y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahute Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Melazas
cáscara



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Cinta de lomo al horno con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Coliflor rehogada con ajito y cebollita	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno en salsa verde con calabacín salteado (2,4,14)	Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel esp.sin alergenos con ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Albóndigas caseras de ternera esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido sin garbanzos: zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos con salsa de queso (7)	Crema de verduras de temporada (sin legumbre)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado	Coliflor rehogada con ajito y cebollita
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas esp.sin alergenos de verdura y pollo con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Salteado de verduras sin legumbre (berenjena, calabacín, zanahoria, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Filete de limanda a la andaluza (rebosado casero con harina de maíz) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (4)	Tiras de pollo empanadas esp.sin alergenos con ensalada de lechuga y zanahoria	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (7)	Complemento del cocido sin garbanzos: zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Salteado de verduras sin legumbre (berenjena, calabacín, zanahoria, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Crema de verduras de temporada (sin legumbre)
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	Huevos con bechamel esp.sin alergenos y ensalada mixta (3)	Cinta de lomo al horno con gajos de tomate aliñados	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.



grupo_servicatering



CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin ternera , cordero, mango, piña, kiwi, melocotón ni derivados , frutos secos (nuez), huevo (si trazas, rebozados y empanados), lentejas, leche ni derivados

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahuate Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Melazas
cáscara



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (patatas, caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno en salsa verde con guisantes salteados (2,4,14)	<u>Moussaka de calabacín, patatas, pavo y salsa bechamel esp.sin alergenos con ensalada de maíz y zanahoria</u>	<u>"Tortilla" de queso francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados (7)</u>	<u>Albóndigas caseras de pollo esp.sin alergenos en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas sin alergenos (6,10,11,12)</u>	Complemento del cocido sin ternera: garbanzos ECO , zanahoria, ave, chorizo
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	<u>Macarrones integrales con salsa de tomate (1,3,6,10)</u>	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo con pollo hilado DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	<u>"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y patatas panadera</u>	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Cinta de lomo fresca con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
<u>Salteado de verduras sin legumbre (berenjena, calabacín, zanahoria, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla)</u>	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de PLATO eco pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
<u>"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta</u>	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas (1,4,6,10)	Tiras de pollo empanadas con ensalada de lechuga y zanahoria (1,3,6,10)	<u>Ragout de pavo con toque de curry (curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada</u>	Complemento del cocido sin ternera: garbanzos ECO , zanahoria, ave, chorizo
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral con virutas de pavo y salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	<u>Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)</u> PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Filete de salmón a la naranja con ensalada de lechuga y maíz(4)	<u>"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo y ensalada mixta</u>	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8)/ Fruta temporada

Fruta de temporada (no mango, piña, kiwi, melocotón ni derivados) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP DULCE CHACÓN - MENÚ OCTUBRE 2026

Ovolactovegetariano

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahute Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos
cáscara



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DIA PROTEÍNA VEGETAL
			Tortilla francesa (3) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella vegetal (pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) DIA PROTEÍNA VEGETAL	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de fideos (caldo de verduras casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Pakoras vegetales caseras con guisantes salteados	Moussaka de calabacín, patatas y salsa bechamel con ensalada de maíz y zanahoria (1,6,7,10)	Tortilla de queso francesa con con gajos de tomate aliñados (3,7)	Albóndigas caseras vegetales en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/puré de patatas (7)	Complemento del cocido sin carne: garbanzos ECO , zanahoria
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales con salsa de queso (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo DIA PROTEÍNA VEGETAL	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Hamburguesa casera vegetal con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas	Huevo frito c/pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) sobre cama de patatas panadera (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (1,6,10)	Pakoras vegetales caseras con patatitas al horno
	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Arroz 2 delicias (maíz, zanahoria) PLATO eco	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de fideos (caldo de verduras casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Huevos revueltos con queso y ensalada mixta (3,7)	Hamburguesa casera vegetal al horno con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria (3)	Falafel al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con zanahoria asada (1,7,9,10)	Complemento del cocido sin carne: garbanzos ECO , zanahoria
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes guisados c/verduras	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) PLATO eco	Crema de verduras de temporada
Pakoras vegetales caseras con ensalada de lechuga y maíz	Huevos con bechamel y ensalada mixta (1,3,6,7,10)	Rollitos de primavera con gajos de tomate aliñados (1)	Fideuá ECO vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)	Hamburguesa casera vegetal ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) / Fruta temporada

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.