

Menú Cocina Central Abril 2025

Sin Cerdo - - CEIP Cervantes (Albacete)

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Crema de Coliflor. 12
Pollo en Pepitoria 12
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

2

Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Hamburguesa de Atún 4
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

3

Arroz con Tomate.
Abadejo al Horno a la Gallega 4
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

4

Garbanzos Estofados con Verduras. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

7

Fideuá de Verduras ECO. 1-3T-6T-10T
Merluza Empanada 1-2T-3T-4-6T-7T-12T
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

8

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Judías Verdes con Cebolla y Ajo
Ragout de Ternera Estofada 12
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

9

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Garbanzos a la Catalana
Marmitako de Salmón. 4-12

Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

10

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Macarrones con Tomate 1-3T-6T-10T
Rotti de Pavo al Horno. 1T-6-7T-12-12T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

11

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Arroz Campesina.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

16

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

21

22

Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

23

Coditos con Tomate 1-3T-6T-10T
Filete de Merluza Empanada 1-2T-3T-4-6T-7T-14T
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

24

Potaje de Garbanzos con Calabacín Eco 12
Bacalao con Tomate. 2T-4-14T

Pimientos Asados
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

25

Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Tortilla Francesa. 3
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramucos
14-Moluscos

28

Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. 12
Pollo Asado 12
Arroz Pilaf
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

29

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

Brócoli Rehogado con Ajitos
Tallarines a la Boloñesa 1-3T-6T-10T
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

30

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Cocina Central Abril 2025

Sin Tomate, Queso, Huevo Cocido. Verdura en Puré - - CEIP Cervantes

- ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Crema de Coliflor. 12 Pollo Asado 12 Patatas Dado 12 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	2 Judías Blancas Estofadas (sin Verduras) 12 Hamburguesa de Atún 4 Patatas Cocidas 12 Pan Integral y Agua 1 Fruta de Temporada	3 Arroz Rehogado. Lomo Asado Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	4 Garbanzos Estofados sin Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. 3 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada
7 Pasta Salteada 1-3T-6T-10T Merluza Empanada 1-2T-3T-4-6T-7T-12T Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	8 Cena: Pasta + Pescado + Lácteo Crema de Zanahoria ECO. 12 Ragout de Ternera Estofada 12 Patatas Dado 12 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	9 Cena: Arroz + Huevo + Fruta Garbanzos Estofados sin Verduras Marmitako de Salmón. 4-12 Pan Integral y Agua 1 Fruta de Temporada	10 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo Pasta Salteada 1-3T-6T-10T Rotti de Pavo al Horno. 1T-6-7T-12-12T Patatas Cocidas 12 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	11 Cena: Arroz + Verdura + Lácteo Arroz Rehogado. Tortilla Francesa. 3 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada y Yogur 7
14 Cena: Verdura + Carne + Lácteo	15 Cena: Arroz + Pescado + Fruta	16 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	17 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	18 Cena: Verdura + Ave + Fruta
21	22 Crema de Zanahoria ECO. 12 Lacón a la Gallega Patatas Panadera. 12 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	23 Pasta Salteada 1-3T-6T-10T Croquetas de Jamón 1-2T-3T-4T-6T-7-10T-14T Pan Integral y Agua 1 Fruta de Temporada	24 Patatas Guisadas con Chorizo 6T-12T-12 Bacalao al Horno 4 Pan y Agua 1 Fruta de Temporada	25 Judías Blancas Estofadas (sin Verduras) 12 Tortilla Francesa. 3 Arroz Pilaf Pan y Agua 1 Fruta de Temporada y Yogur 7
28 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. 12 Pollo Asado 12 Arroz Pilaf Pan y Agua 1 Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	29 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo Crema de Verduras ECO. 12 Pasta Rehogada con Carne de Pollo 1-3T-6T-10T Pan y Agua 1 Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	30 Cena: Verdura + Huevo + Fruta Arroz Rehogado. Tortilla Francesa. 3 Patatas Cocidas 12 Pan Integral y Agua 1 Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Cena: Arroz + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Cocina Central Abril 2025

Diabético 5 Raciones - - CEIP Cervantes (Albacete)

Lunes

1

Crema de Coliflor (150g coliflor, 65 g patata) 1,5 R de HC [12](#)
Pollo en Pepitoria [12](#)

Patatas Dado al Horno (52 g) 1,5 R de HC [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

8

Judías Verdes Rehogadas (125 g judías) 0,5 R de HC
Ragout de Ternera Estofada [12](#)

Patatas Dado al Horno (70 g) 2 R de HC [12](#)
Pan (30 g) 1,5 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

Crema de Zanahoria (patata 97,5 g y zanahoria 100 g) 2 R de HC [12](#)
Lacón a la Gallega (60g)
Patatas Panadera al Horno (35 g) 1 R de HC [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

29

Brocoli Salteado 150 g brócoli 0,5 R de HC

Pasta Boloñesa (90 g pasta y 50 g salsa tomate frito) 2,5 R de HC [1-3T-6T-10T](#)
Ensalada de Lechuga y Tomate [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Martes

2

Judías Blancas Estofadas 82,5 g judías y 97,5 g patatas 3 R de HC [12](#)
Merluza al Horno. [4](#)

Ensalada de Lechuga y Zanahoria [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

9

Garbanzos a la Catalana (55g Garbanzos, 50g Tomate Frito) 1,5R de HC
Marmitako de Salmón (130 g patata) 2 R de HC [4-12](#)

Pan (10 g) 0,5 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

16

Pasta con Tomate (90 g pasta y 50 g salsa tomate) 2,5 R de HC [1-3T-6T-10T](#)
Croquetas de Jamón (60 g) 1,5 R de HC [1-2T-3T-4T-6T-7-10T-14T](#)
Ensalada de Lechuga y Maíz [12](#)

Pan (10 g) 0,5 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 0,5 R de HC

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

30

Arroz con Tomate 95 g arroz y 50 g salsa tomate 3 R de HC

Tortilla Francesa. [3](#)

Ensalada de Lechuga y Zanahoria [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

3

Arroz con Tomate 76 g arroz y 50 g salsa tomate 2,5 R de HC
Lomo Asado

Zanahoria Rehogada (100g) 0,5 R de HC
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

10

Pasta con Tomate (112,5 g pasta y 50 g tomate frito) 3 R de HC [1-3T-6T-10T](#)
Rottli de Pavo al Horno. [1T-6-7T-12-12T](#)

Ensalada de Lechuga y Zanahoria [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Estofado de Patatas con Verduras (patata 195g) 3 R de HC [12](#)
Bacalao al Horno [4](#)
Pimientos Asados

Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

24

Arroz con Tomate 95 g arroz y 50 g salsa tomate 3 R de HC

Tortilla Francesa. [3](#)

Ensalada de Lechuga y Zanahoria [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

4

Garbanzos Estofados con Verduras sin Patata. (110g Garbanzos) 2R de HC
Tortilla de Patata con Cebolla. (125g Tortilla) 2R de HC [3](#)
Tomate Aliñado con AOVE [12](#)

Pan (10 g) 0,5 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 0,5 R de HC

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

11

Arroz Campesina 114 g arroz 3 R de HC
Tortilla Francesa. [3](#)

Ensalada de Lechuga y Maíz [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Judías Blancas Estofadas 82,5 g judías y 97,5 g patatas 3 R de HC [12](#)
Tortilla Francesa. [3](#)
Tomate Aliñado con AOVE [12](#)

Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

25

Arroz con Tomate 95 g arroz y 50 g salsa tomate 3 R de HC

Tortilla Francesa. [3](#)

Ensalada de Lechuga y Zanahoria [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Viernes

ALÉRGICOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramucos
14-Moluscos

7

Fideuá de Verduras (135 g pasta) 3 R de HC [1-3T-6T-10T](#)
Merluza al Horno. [4](#)

Ensalada de Lechuga y Maíz [12](#)
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

21

Crema de Calabacín y Zanahoria ECO (calabacín 150g, zanahoria 100g, patata 32,5g) 1,5 R de HC
Pollo Asado [12](#)

Arroz Pilaf 57g 1,5 R
Pan (20 g) 1 R de HC [1](#)
Fruta de Temporada 1R de HC

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

28

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.