

Menú Cocina Central Noviembre 2025

Sin Leche, Ternera ni Cerdo - - CEIP Cervantes (Albacete)

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3

4

5

6

7

Garbanzos Estofados con Verduras. 12
Filete de Pollo al Horno
Patatas Panadera. 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada y Yogur de Soja 6-8T

Cena: Verdura + Pescado + Fruta



14

Garbanzos a la Catalana.
Tortilla Francesa. 3
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada y Yogur de Soja 6-8T

Cena: Patata + Pescado + Fruta

28

Arroz con Tomate.
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

27

Garbanzos Encebollados. 12
Merluza al Horno. 4
Patatas Panadera. 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26

Crema de Verduras ECO. 12
Pollo Asado 12
Arroz Pilaf
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

25

Coditos con Tomate 1-3T-6T-10T
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

24

Guiso de Menestra
Espirales con Atún. 1-3T-4-6T-10T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

18

Lentejas Castellanas 1T-12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Tomate 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

17

Coditos con Tomate 1-3T-6T-10T
Bacalao al Horno 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Crema de Calabacín ECO. 12
Merluza al Horno. 4
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Judías Verdes con Tomate.
Merluza al Horno. 4
Patatas Panadera. 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

19

Crema de Zanahoria ECO. 12
Pollo Asado 12
Patatas Dado 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Lácteo

20

Paella de Verduras.
Merluza a la Bilbaína. 4-12
Pimientos Asados
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Crema de Calabaza ECO. 12
Albóndigas de Pollo en Salsa. 6-12
Zanahoria ECO en Guiso
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Crema de Calabacín ECO. 12
Merluza al Horno. 4
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Lentejas Estofadas con Verduras. 1T-12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 9T-12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

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

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.