

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 772 Lip: 23,96 Prot: 45,88 HC: 96,63

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

8



FESTIVO

7



FESTIVO



FESTIVO

6



JORNADA GASTRONÓMICA

NAVARRA

Kcal: 846 Lip: 28,21 Prot: 45,60 HC: 87,63

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

5

Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

4 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 631 Lip: 22,86 Prot: 16,66 HC: 93,20

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

15 Garbanzos Encebollados con Chorizo  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

14 Crema de Calabacín ECO  
Filetes Rusos con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

13 Sopa de Picadillo de Pollo  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

12 Arroz a Banda  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

11 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

Kcal: 699 Lip: 27,52 Prot: 28,70 HC: 87,42

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Kcal: 729 Lip: 26,38 Prot: 42,83 HC: 83,20

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Kcal: 690 Lip: 24,49 Prot: 22,69 HC: 78,18

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

Kcal: 550 Lip: 19,59 Prot: 33,17 HC: 60,81

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Kcal: 672 Lip: 19,19 Prot: 33,15 HC: 94,05

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

22 Ensalada Mixta  
Hamburguesa de Ternera Completa  
Patatas Fritas  
Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños

21 Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua

20 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua

19 Arroz Tres Delicias  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua

18 Tallarines a la Boloñesa  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

Kcal: 685 Lip: 18,51 Prot: 44,00 HC: 84,58

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Kcal: 599 Lip: 25,12 Prot: 26,51 HC: 66,02

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Kcal: 651 Lip: 15,49 Prot: 39,80 HC: 91,26

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Kcal: 610 Lip: 21,01 Prot: 38,17 HC: 67,66

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Kcal: 770 Lip: 33,02 Prot: 26,86 HC: 92,84

Cena: Verdura + 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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Cerdo - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 4**
- Arroz con Tomate
  - Tortilla Francesa
  - Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 11**
- Lentejas Estofadas con Verduras
  - Tortilla de Patata con Cebolla
  - Ensalada de Lechuga y Tomate
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 18**
- Tallarines a la Boloñesa
  - Gallo a la Bilbaína
  - Ensalada de Lechuga y Zanahoria
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

- 5**
- Judías Blancas Estofadas con Verduras
  - Gallo al Horno
  - Patatas Dado
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 12**
- Arroz a Banda
  - Rotti de Pavo al Horno
  - Zanahoria ECO en Guiso
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

- 19**
- Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
  - Tortilla Francesa con Atún
  - Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 6**
- 
- FESTIVO**

- 13**
- Sopa de Picadillo de Pollo
  - Merluza a la Andaluza
  - Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz
  - Pan Integral y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

- 20**
- Sopa de Fideos
  - Cocido Sin Cerdo
  - Pan Integral y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

- 7**
- 
- FESTIVO**

- 14**
- Crema de Calabacín ECO
  - Filetes Rusos con Tomate
  - Arroz Pilaf
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

- 21**
- Crema de Verduras ECO
  - Pollo al Ajillo
  - Patatas Dado
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 1**
- Garbanzos Estofados con Verduras
  - Filete de Pollo al Horno
  - Patatas Panadera
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

- 8**
- 
- FESTIVO**

- 15**
- Garbanzos Encebollados
  - Rape al Horno
  - Ensalada de Lechuga y Tomate
  - Pan y Agua
  - Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

- 22**
- Ensalada Mixta
  - Hamburguesa de Ternera Completa
  - Patatas Fritas
  - Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños

**Cena:** Pasta + Huevo + 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.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**  
Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**5**  
Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**6**



**7**



**8**



**1**  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**11**  
Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**12**  
Arroz a Banda  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13**  
Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**14**  
Crema de Calabacín ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Arroz Pilaf  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**15**  
Garbanzos Encebollados con Chorizo  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**18**  
Pasta Sin Gluten Boloñesa  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**19**  
Arroz Tres Delicias  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**20**  
Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**21**  
Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22**  
Ensalada Mixta  
Salchichas de Pavo al Horno  
Patatas Fritas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Macedonia de Fruta Casera y Yogur

**Cena:** Pasta + Huevo + 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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Lactosa - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**  
Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**5**  
Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**6**  
  
**FESTIVO**

**7**  
  
**FESTIVO**

**8**  
  
**FESTIVO**

**11**  
Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**12**  
Arroz a Banda  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13**  
Sopa de Picadillo de Pollo  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**14**  
Crema de Calabacín ECO  
Filetes Rusos con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**15**  
Garbanzos Encebollados con Chorizo  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**18**  
Tallarines a la Boloñesa  
  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**19**  
Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**20**  
Sopa de Cocido  
  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**21**  
Crema de Verduras ECO  
  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22**  
Ensalada Mixta  
  
Hamburguesa de Ternera al Horno  
Patatas Fritas  
Pan y Agua  
Macedonia de Fruta Casera y Yogur de Soja  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**1**  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Frutos Secos - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**  
Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**5**  
Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**6**  
  
**FESTIVO**

**7**  
  
**FESTIVO**

**8**  
  
**FESTIVO**

**1**  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**11**  
Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**12**  
Arroz a Banda  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13**  
Sopa de Picadillo de Pollo  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**14**  
Crema de Calabacín ECO  
Filetes Rusos con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**15**  
Garbanzos Encebollados con Chorizo  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**18**  
Tallarines a la Boloñesa  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**19**  
Arroz Tres Delicias  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**20**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**21**  
Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**22**  
Ensalada Mixta  
Hamburguesa de Ternera al Horno  
Patatas Fritas  
Pan y Agua  
Macedonia de Fruta Casera y Yogur  
**Cena:** Verdura + 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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Lentejas - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**  
Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**5**  
Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**6**  
  
**FESTIVO**

**7**  
  
**FESTIVO**

**8**  
  
**FESTIVO**

**11**  
Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**12**  
Arroz a Banda  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13**  
Sopa de Picadillo de Pollo  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**14**  
Crema de Calabacín ECO  
Filetes Rusos con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**15**  
Garbanzos Encebollados con Chorizo  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**18**  
Tallarines a la Boloñesa  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**19**  
Arroz Tres Delicias  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**20**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**21**  
Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**22**  
Ensalada Mixta  
Hamburguesa de Ternera Completa  
Patatas Fritas  
Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**1**  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Pescado ni Marisco - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**  
Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**5**  
Pochas con Chistorra  
Magras con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**6**  
  
**FESTIVO**

**7**  
  
**FESTIVO**

**11**  
Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**12**  
Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**13**  
Sopa de Picadillo de Pollo  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**14**  
Crema de Calabacín ECO  
Filetes Rusos con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

**18**  
Tallarines a la Boloñesa  
Cinta de Lomo Adobada al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**19**  
Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**20**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**21**  
Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1**  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**8**  
  
**FESTIVO**

**15**  
Garbanzos Enebollados con Chorizo  
Salchichas de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**22**  
Ensalada Mixta sin Atún  
Hamburguesa de Ternera Completa  
Patatas Fritas  
Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños  
**Cena:** Pasta + Verdura + 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 Guadalajara Diciembre 2023

Sin Legumbre ni Lactosa - - CEIP Virgen de la Paz

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

11 Crema de Zanahoria ECO  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

18 Estofado de Patatas con Verduras  
Gallo a la Bilbaína  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

5 Crema de Verduras ECO  
Magras con Tomate  
Patatas Dado

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

12 Arroz a Banda  
Filete de Pollo al Horno  
Zanahoria ECO en Guiso

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz

Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

6



7



8



13 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz

Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

20 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento  
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Crema de Calabacín ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Arroz Pilaf

Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

21 Crema de Verduras ECO  
Pollo al Ajillo  
Patatas Dado

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

15 Sopa de Arroz  
Rape al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate

Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Ensalada Mixta  
Salchichas de Pavo al Horno  
Patatas Fritas

Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

1 Crema de Calabacín ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Panadera

Fruta de Temporada  
**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.