

# Menú Guadalajara Diciembre 2024

Sin Gluten - - CEIP Parque Vallejo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Estofado de Patatas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Pasta Sin Gluten con Chorizo Bacalao al Ajoarriero Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>12</b> Pasta Sin Gluten al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Guisantes a la Sevillana Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Pasta Sin Gluten con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>3</b> Pasta Sin Huevo con Chorizo Bacalao al Ajoarriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Judías Verdes con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>11</b> Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>12</b> Pasta Sin Huevo al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Guisantes a la Sevillana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Pasta Sin Huevo con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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 2024

Sin Frutos Secos - - CEIP Parque Vallejo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Macarrones con Chorizo Bacalao Ajoarriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>12</b> Codos al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Guisantes a la Sevillana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Macarrones con Chorizo Bacalao Ajoarriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>12</b> Coditos al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Guisantes a la Sevillana Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Perrito Caliente Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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 2024

Sin Legumbre (sí pasta y pan) - - CEIP Parque Vallejo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Estofado de Patatas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Macarrones con Tomate Bacalao al Ajoarriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Arroz Rehogado Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>12</b> Coditos al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Estofado de Patatas con Verduras Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Estofado de Patatas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Macarrones con Chorizo Bacalao Ajoarriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Coliflor. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>12</b> Coditos al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Guisantes a la Sevillana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Arroz Campesina Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Perrito Caliente Patatas Chips Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> 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 2024

Triturado - - CEIP Parque Vallejo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Triturado de Lentejas Estofadas con Cerdo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo	<b>3</b> Crema de Verduras con Merluza  Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>4</b> Triturado de Judías Verdes con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>5</b> Triturado de la Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> Crema de Verduras con Huevo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>10</b> Crema de Calabacín con Pollo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Triturado de Garbanzos con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>12</b> Crema de Zanahoria con Pavo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>13</b> Triturado de Guisantes con Merluza  Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta
<b>16</b> Crema de Zanahoria con Cerdo  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Crema de Verduras con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Triturado de la Carne del Cocido (Pollo y Ternera) y Verdura  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>19</b> Crema de Zanahoria con Merluza  Triturado de Frutas <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Crema de Verduras con Pavo  Yogur <b>Cena:</b> 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.