





Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>3</b> Macarrones Gratinados Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Arroz con Tomate Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>5</b> Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>6</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>10</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>11</b> Tallarines con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	 <b>FESTIVO</b>	 <b>FESTIVO</b>
<b>16</b> Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Coditos al Gratén Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Arroz Tres Delicias Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>24</b> Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>26</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>27</b> Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>30</b> Sopa de Picadillo con Huevo Cocido Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>31</b> Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <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 Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>3</b> Pasta Sin Huevo al Gratén Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Arroz con Tomate Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>5</b> Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	<b>6</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>10</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>11</b> Pasta Sin Huevo con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>12</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>13</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>16</b> Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa  Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Pasta Sin Huevo al Gratén Bacalao al Horno  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Lentejas con Chorizo Filete de Pollo al Horno  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Cinta de Lomo Adobado al Horno  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	<b>24</b> Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Pasta Sin Huevo Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>26</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>27</b> Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
<b>30</b> Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	<b>31</b> Pasta Sin Huevo con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz 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 Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>3</b> Macarrones Gratinados Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Arroz con Tomate Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>5</b> Garbanzos Estofados con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>6</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO Arroz con Verduras Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	<b>10</b> Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Tallarines con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	<b>12</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>13</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>16</b> Brócoli Salteado Merluza al Horno  Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	<b>17</b> Códigos al Gratén Bacalao a la Andaluza  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Empanadillas de Atún  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>20</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta
<b>23</b> Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	<b>24</b> Arroz a la Cubana Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Macarrones con Tomate Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>26</b> Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	<b>27</b> Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta
<b>30</b> Sopa de Fideos Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>31</b> Espaguetis con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <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 Toledo Octubre 2023

Sin Gluten - - CEIP Ntra Sñra De La Natividad (Guadamur)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>2</b> Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	<b>3</b> Pasta Sin Gluten al Gratén Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>4</b> Arroz con Tomate Bienmesabe Adobado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>5</b> Garbanzos Estofados con Chorizo Merluza al Horno Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>6</b> Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Fritas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo
<b>9</b> Crema de Zanahoria ECO Paella Valenciana Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Ave + Fruta	<b>10</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras  Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>11</b> Pasta Sin Gluten con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>12</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>13</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>16</b> Brócoli Salteado Cinta de Lomo Adobado al Horno  Patatas Fritas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>17</b> Pasta Sin Gluten al Gratén Bacalao al Horno  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>18</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Arroz Tres Delicias Filete de Pollo al Horno  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>20</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas  Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta
<b>23</b> Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>24</b> Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>25</b> Pasta Sin Gluten Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	<b>26</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras  Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	<b>27</b> Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
<b>30</b> Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten) Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>31</b> Pasta Sin Gluten con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <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.