MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - ALERGICOS A LA LECHE Y SUS DERIVADOS

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACARRONES CON TOMATE (1)	LENTEJAS ECOLÓGICAS (15)	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FESTIVO	FILETE DE CERDO PLANCHA (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR DE SOJA (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta

	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
PRIMERO	ARROZ TRES DELICIAS (8)(3)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	POTE GALLEGO (15)
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA	TORTILLA DE JAMON (3)(4)	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta

	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	JUDÍAS PINTAS A LA JARDINERA (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BROCOLI SALTEADO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR DE SOJA (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta

	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27 HINDÚ
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES INTEGRALES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta

	LUNES 30	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres

MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - ALERGICOS AL HUEVO

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACARRONES CON TOMATE (1)	LENTEJAS ECOLÓGICAS (15)	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta
	LUNES 9	**MARTES 10**	**MIÉRCOLES 11**	**JUEVES 12**	**VIERNES 13**
PRIMERO	ARROZ TRES DELCIAS SIN HUEVO (8)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	POTE GALLEGO (15)
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA	FILETE DE TERNERA PLANCHA	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta
	LUNES 16	**MARTES 17**	**MIÉRCOLES 18**	**JUEVES 19**	**VIERNES 20**
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	JUDÍAS PINTAS A LA JARDINERA (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	FILETE DE PAVO PLANCHA (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta
	LUNES 23	**MARTES 24**	**MIÉRCOLES 25**	**JUEVES 26**	**VIERNES 27 HINDÚ**
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES INTEGRALES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	FILETE DE HAMBURGUESA PLANCHA (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta
	LUNES 30	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres

MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - ALERGICOS PESCADO

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACARRONES CON TOMATE (1)	LENTEJAS ECOLÓGICAS (15)	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta

	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
PRIMERO	ARROZ TRES DELICIAS (8)(3)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	POTE GALLEGO (15)
SEGUNDO	FILETE DE POLLO PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	FILETE DE TERNERA PLANCHA	TORTILLA DE JAMON Y QUESO (3)(4)	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta

	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	JUDÍAS PINTAS A LA JARDINERA (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FILETE DE HAMBURGUESA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta

	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27 HINDÚ
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES INTEGRALES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	FILETE DE PAVO PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta

	LUNES 30	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	FILETE DE CERDO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres

MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - ALERGICOS CRUSTACEOS Y MOLUSCOS

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACARRONES CON TOMATE (1)	LENTEJAS ECOLÓGICAS (15)	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta

	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
PRIMERO	ARROZ TRES DELICIAS SIN GAMBAS (8)(3)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	POTE GALLEGO (15)
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA	TORTILLA DE JAMON Y QUESO (3)(4)	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta

	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	JUDÍAS PINTAS A LA JARDINERA (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta

	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27 HINDÚ
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES INTEGRALES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta

	LUNES 30	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres

MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - ALERGICOS A LAS LEGUMBRES

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACARRONES CON TOMATE (1)	PATATAS GUISADAS	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	CREMA DE VERDURAS	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	ARROZ CON CARNE
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta
	LUNES 9	**MARTES 10**	**MIÉRCOLES 11**	**JUEVES 12**	**VIERNES 13**
PRIMERO	ARROZ TRES DELICIAS (8)(3)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	BROCOLI SALTEADO
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA	TORTILLA DE JAMON Y QUESO (3)(4)	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta
	LUNES 16	**MARTES 17**	**MIÉRCOLES 18**	**JUEVES 19**	**VIERNES 20**
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	VERDURAS AL HORNO (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO (1)(3)(15)
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta
	LUNES 23	**MARTES 24**	**MIÉRCOLES 25**	**JUEVES 26**	**VIERNES 27 HINDÚ**
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES INTEGRALES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta
	LUNES 30	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres

MENÚ DE OCTUBRE 2026 - ALERGICOS AL GLUTEN

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
PRIMERO		MACACRRONES CON TOMATE SIN GLUTEN (1)	LENTEJAS ECOLÓGICAS (15)	CREMA DE ZANAHORIAS	SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN (31)(3)
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN		ENSALADA CON TOMATE (10)	ARROZ INTEGRAL	PURE DE PATATAS (4)	ENSALADA (10)
POSTRE		FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN		PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA		Verdura al vapor/Pescado plancha/Fruta	Tomate en ensalada/Filete de pollo plancha/Fruta	Sopa de verduras/Pescado plancha/Yogur	Pavo lonchas/Pure de verduras/Fruta

	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
PRIMERO	ARROZ TRES DELICIAS (8)(3)	CHAMPIÑONES CON JAMÓN	ESPAGUETIS SIN GLUTEN BOLOÑESA (1)(3)	PATATAS AL HORNO	POTE GALLEGO (15)
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA	TORTILLA DE JAMON Y QUESO (3)(4)	CREMA DE CALABAZA 0
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL 0
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA 0	FRUTA FRESCA	YOGUR
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla con jamón/Fruta	Verduras al vapor/Pescado plancha/Fruta	Crema de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Brócoli al vapor/Pescado azul/Fruta	Ensalada/Filete de ternera plancha/Fruta

	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
PRIMERO	ARROZ AL HORNO	PATATAS GUISADAS	JUDÍAS PINTAS A LA JARDINERA (15)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN (31)(3)
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
GUARNICIÓN	TOMATE EN ENSALADA (10)	ENSALADA MIXTA (10)	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA CON TOMATE (10)	ENSALADA (10)
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA
PAN	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabacín/Tortilla francesa/Fruta	Judías verdes al vapor/Pescado plancha/Fruta	Sopa de verduras/Filete de pollo plancha/Fruta	Ensalada variada/Filete de pavo plancha/Fruta	Crema de verduras/Huevo cocido/Fruta

	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27 HINDÚ
PRIMERO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN		MACARRONES CON CARNE (1)	DAHL (15)
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)	PATATAS FRITAS		ENSALADA (10)	
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA		FRUTA FRESCA	POSTRE ESPECIAL (4)
PAN	PAN (1)	PAN (1)		PAN (1)	PAN (1)
SUGERENCIA DE CENA	Crema de verduras/Filete de ternera plancha/Fruta	Ensalada mixta/Tortilla francesa/Fruta		Verdura al vapor/Pescado plancha/Yogur	Ensalada de tomate/Pescado azul/Fruta

	LUNES 30	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMERO	ARROZ CON POLLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
GUARNICIÓN	ENSALADA (10)				
POSTRE	FRUTA FRESCA				
PAN	PAN (1)				
SUGERENCIA DE CENA	Crema de calabaza/Tortilla francesa/Fruta				

LEYENDA ALERGENOS

1 Gluten	4 Leche	7 Frutos de cascaras	10 Sulfitos	13 Apio
2 Pescado	5 Moluscos	8 Crustaceos	11 Cacahuetes	14 Soja
3 Huevo	6 Altramuces	9 Sesamo	12 Mostaza	15 Legumbres