MENÚ DE NOVIEMBRE 2026 - 4º 5º 6º DE PRIMARIA + ESO

	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)
		COLIFLOR GRATINADA (4)	VERDURA PLANCHA	ALCACHOFAS CON JAMÓN	REPOLLO REHOGADO
SEGUNDO	FESTIVO	HUEVOS VILLAROY (1)(3)(4)	JUDÍAS VERDES (15)	ALBÓNDIGAS EN SALSA (1)	COCIDO COMPLETO (15)
		REVUELTO DE ATÚN (3)(2)	QUINOA CON TOFU Y VERDURA SALTEADA (15)	FILETE DE TERNERA PLANCHA	PESCADO PLANCHA (2)
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)
	VERDURA AL HORNO	BRÓCOLI SALTEADO	PISTO	MENESTRA DE VERDURAS	ESPÁRRAGOS PLANCHA
SEGUNDO	SALMÓN PLANCHA (2)	CHULETA DE SAJONIA PLANCHA	TILAPIA PLANCHA (2)	TORTILLA DE JAMON Y QUESO (3)(4)	CREMA DE CALABAZA
	SALMÓN EN SALSA DE NARANJA (2)	CHULETA DE SAJONIA EN SALSA	TILAPIA EN SALSA VERDE (2)	REVUELTO DE CALABAZA (3)	SOJA TEXTURIZADA (15)
GUARNICIÓN	ENSALADA CON MAÍZ (10)	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA (10)	ENSALADA CON ACEITUNAS (10)	ARROZ INTEGRAL
POSTRE	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA	YOGUR (4)
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)
	LOMBARDA CON MANZANA	SALTEADO DE VERDURAS	PARRILLADA DE VERDURAS	GUISANTES A LA FRANCESA (15)	REPOLLO REHOGADO
SEGUNDO	MERLUZA PLANCHA (2)	ESCALOPE DE POLLO (1)	BRÓCOLI AL QUESO (4)	TORTILLA DE PATATAS (3)	COCIDO COMPLETO (15)
	MERLUZA EN SALSA DE GAMBAS (2)(8)	FILETE DE PECHUGA DE POLLO PLANCHA	HAMBURGUESA VEGETAL PLANCHA (15)	REVUELTO DE CALABAZA (3)	PESCADO PLANCHA (2)
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)
	JUDÍAS VERDES CON JAMON (15)	VERDURAS AL VAPOR		HABAS SALTEADAS (15)	
SEGUNDO	PALOMETA PLANCHA (2)	MAGRO DE CERDO EN SALSA	FESTIVO	HUEVOS RELLENOS (2)(3)	BIRYANI DE POLLO
	PALOMETA EN SALSA DE PIMIENTOS (2)	FILETE DE AGUJA DE CERDO PLANCHA		REVUELTO DE GAMBAS (3)(8)	
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				
	COLES DE BRUSELAS AL AJILLO				
SEGUNDO	GALLO SAN PEDRO PLANCHA (2)				
	GALLO SAN PEDRO EN SALSA DE TOMATE (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 - INFANTIL y 1º 2º 3º DE PRIMARIA

	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	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