

Octubre 2025



CEIP Rafael Altamira

Infantil y Primaria

LUAN
SERVICIOS GASTRONÓMICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</p>	<p>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</p>	<p>1 Arroz con magro</p> <p>Rollitos de pavo y queso</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Espinacas rehogadas con jamón y ensalada. Fruta.</i> 848.14 KC 36.19 PR 104.60 HC 30.11 LP 10.08</p>	<p>2 Lentejas ECO riojana</p> <p>Hamburguesa con ketchup</p> <p>Ensalada Morada (lech, lomb, pep)</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Arroz con verduras y calabacín relleno. Fruta.</i> 679.26 KC 41.35 PR 64.82 HC 24.79 LP 5.01 GS</p>	<p>3 Espaguetis al pesto rojo</p> <p>Fogonero c/zanahoria</p> <p>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hummus y pescado al horno. Fruta.</i> 726.68 KC 25.01 PR 100.71 HC 22.59 LP 6.02 GS</p>
<p>6 Crema de hortalizas</p> <p>Lomo fresco con menestra</p> <p>Ensalada mediterránea (lech, tom, espárr.)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hamburguesa de merluza con guisantes. Fruta.</i> 585.76 KC 28.45 PR 69.52 HC 19.69 LP 4.52 GS</p>	<p>7 Sopa con fideos</p> <p>Rustidera de pollo</p> <p>Ensalada lechuga, zanah, pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Alcachofas salteadas y cuscus con especias. Fruta.</i> 542.58 KC 24.08 PR 70.81 HC 16.24 LP 3.71 GS</p>	<p>8 Olleta alicantina ECO</p> <p>Tortilla con pavo</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y tomate</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta.</i> 719.02 KC 30.07 PR 85.77 HC 18.99 LP 3.78 GS</p>	<p>9</p> <p>FIESTA</p>	<p>10</p> <p>FIESTA</p>
<p>13</p> <p>FIESTA</p>	<p>14</p> <p>FIESTA</p>	<p>15</p> <p>FIESTA</p>	<p>16 Tallarines a la napolitana</p> <p>Lomo adobado con calabaza</p> <p>Ensalada lechuga, tomate y pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta.</i> 698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS</p>	<p>17 Sopa de cocido</p> <p>Cocido casero completo</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y brotes soja</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta.</i> 773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS</p>
<p>20 Hervido valenciano</p> <p>Magro en salsa con verduras</p> <p>Ensalada de lech, espárragos, lombarda</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Revuelto de puerro y berenjena rellena de carne. Fruta.</i> 672.50 KC 19.82 PR 59.44 HC 36.57 LP 10.76 GS</p>	<p>21 Espirales a la Toscana</p> <p>Ventresca con calabacín</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Verduras al horno y muslitos de pollo al horno. Fruta.</i> 812.53 KC 16.93 PR 103.14 HC 23.75 LP 6.34 GS</p>	<p>22 Potaje de garbanzos</p> <p>Tortilla con york</p> <p>Ensalada lechuga, pepino y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hervido con judías verde y lubina al vapor. Fruta.</i> 694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS</p>	<p>23 Arroz con tomate</p> <p>Albóndigas en salsa con verduras</p> <p>Ensalada de lech, zanah, remolacha</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta.</i> 573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS</p>	<p>24 Crema de guisantes</p> <p>Pollo a la cazuela</p> <p>Ensalada de lechuga, aceit y lombarda</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Dorada asada al limón con calabaza al horno. Fruta.</i> 621.54 KC 21.30 PR 48.66 HC 35.21 LP 8.10 GS</p>
<p>27 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)</p> <p>Longanizas con salteado campestre</p> <p>Ensalada siciliana (lech, tom, olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Gallineta al papillot con zanahorias. Fruta.</i> 869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS</p>	<p>28 Alubias a la jardinera</p> <p>Pollo a la italiana</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y espárr.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Salmón con patata al horno. Yogur.</i> 699.16 KC 38.45 PR 52.25 HC 21.37 LP 4.67 GS</p>	<p>29 Guisado de magro</p> <p>Merluza en salsa con zanahoria</p> <p>Ensalada de lechuga, brotes soja y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hamburguesa a la plancha y verduras al vapor. Fruta.</i> 581.44 KC 35.20 PR 64.18 HC 18.33 LP 3.99 GS</p>	<p>30 Lentejas castellanas</p> <p>Tortilla con calabacín</p> <p>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Boniato al horno y pavo a la plancha. Fruta.</i> 735.46 KC 32.82 PR 83.67 HC 25.27 LP 5.61 GS</p>	<p>31 Macarrones al pomodoro</p> <p>Entremeses variados</p> <p>Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Tortilla con queso y coliflor al vapor. Fruta.</i> 688.85 KC 27.84 PR 103.26 HC 16.70 LP 2.43 GS</p>

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: plátano, manzana, kiwi y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.

