

Diciembre 2025



# CEIP RAFAEL ALTAMIRA

## Alergia a las legumbres

**LUAN**  
SERVICIOS GASTRONÓMICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b> Crema de verduras  Lomo de cerdo con verduritas Ensalada de toma, lechu y zanah Fruta de Temporada <i>Cena: Revuelto de huevo y coliflor hervida. Fruta.</i> 557.75 KC 13.00 PR 67.69 HC 24.39 LP 4.31 GS	<b>2</b> Fideuá con pescado  Filete rebozado casero  Ensalada lechuga, remolacha y espárr. Fruta de Temporada <i>Cena: Tosta de hummus y pescado a la plancha.</i> <i>Fruta</i> 806.23 KC 40.11 PR 103.36 HC 23.38 LP 4.81 GS	<b>3</b> Sopa con fideos  Pollo a la italiana Ensalada de lechuga, zanah. y lomb. Fruta de Temporada <i>Cena: Verduras al horno y hamburguesa a la plancha. Fruta</i> 520.98 KC 34.88 PR 62.92 HC 12.23 LP 3.04 GS	<b>4</b> Arroz con verduras  Gallineta con menestra  Ensalada lechuga, tomate y pepino Fruta de Temporada <i>Cena: Crema de zanahoria y pescado al horno.</i> <i>Fruta</i> 861.17 KC 25.42 PR 115.87 HC 31.09 LP 9.99 GS	<b>5</b> Patatas a la riojana  Tortilla con calabacín  Ensalada de lech, zanah. y aceitunas Yogur <i>Cena: Acelgas salteadas y pizza de verduras.</i> <i>Fruta</i> 634.46 KC 34.72 PR 30.10 HC 24.79 LP 6.80 GS
<b>8</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>9</b> Arroz con tomate  Pescado rebozado casero  Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Fruta de Temporada <i>Cena: Consomé y hamburguesa de lentejas. Fruta</i> 811.95 KC 17.55 PR 124.18 HC 24.90 LP 3.50 GS	<b>10</b> Crema de verduras  Lomo fresco con zanahoria salteada Ensalada de temporada Fruta de Temporada <i>Cena: Crema de boniato y huevos rellenos con cebolla. Fruta</i> 553.72 KC 15.23 PR 72.13 HC 15.44 LP 4.96 GS	<b>11</b> Olleta de arroz y verduras  Tortilla con queso  Ensalada mediterránea(lech,tom,espárr.) Yogur <i>Cena: Sopa de pescado y magro en salsa . Fruta</i> 683.06 KC 36.23 PR 61.94 HC 24.14 LP 7.59 GS	<b>12</b> Espaguetis a la napolitana  Fogonero con calabaza  Ensalada Morada (lech, lomb, pep) Fruta de Temporada <i>Cena: Berenjena rellena y quinoa con verduritas.</i> <i>Fruta</i> 639.74 KC 30.12 PR 95.39 HC 12.69 LP 1.74 GS
<b>15</b> Guisado de carne  Tortilla española  Ensalada de lechuga, remolacha y maíz Fruta de Temporada <i>Cena: Hervido con judías verdes y merluza en salsa verde. Fruta</i> 672.24 KC 28.18 PR 84.79 HC 20.35 LP 4.02 GS	<b>16</b> Espirales al pomodoro  Rollitos de queso con verduras  Ensalada de lech, espárragos, lombarda Fruta de Temporada <i>Cena: Coliflor hervida y filete de ternera plancha.</i> <i>Fruta</i> 755.78 KC 33.73 PR 104.01 HC 20.52 LP 7.89 GS	<b>17</b> Crema de zanahoria  Magro en salsa Ensalada siciliana (lech,tom,olivas) Yogur <i>Cena: Pisto al horno y brocheta de pescado. Fruta</i> 712.17 KC 30.47 PR 32.53 HC 35.35 LP 8.26 GS	<b>18</b> Sopa con lluvia  Pollo con ratatouille Ensalada de temporada Fruta de Temporada <i>Cena: Crema de champiñones y revuelto de huevos y puerro. Fruta</i> 746.30 KC 32.73 PR 61.66 HC 38.34 LP 12.86 GS	<b>MENÚ TEMÁTICO</b>
<b>22</b> Crema de hortalizas  Magro en salsa con verduras Ensalada lechuga, tomate y pepino Fruta de Temporada <i>Cena: Cuscús con verduras picadas y pescado a la plancha. Fruta</i> 545.26 KC 26.11 PR 65.93 HC 18.21 LP 4.27 GS				
				<b>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</b>
				<b>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</b>

## **ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico**

**Fruta del tiempo:  
plátano, manzana,  
mandarina, kiwi,  
naranja y pera.**

## **Alérgenos de declaración obligatoria**

