

# menú



ALERGIA/INTOLERANCIA MANZANA-  
PLÁTANO

# DICIEMBRE 2025

**irco**  
alimentar cuidando

**lunes**

Lechuga, remolacha, maíz

**Arroz con salsa de tomate**

**Longanizas rustidas al horno**

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada permitida

**8**

Lechuga, remolacha, pepino

**Macarrones ECO napolitana**

con tomate, queso y hortalizas

**Bacalao rebozado**



**martes**

Lechuga, maíz, olivas

**Lentejas ECO campesinas**

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

**Tortilla francesa con pisto**

con verduras

Fruta de temporada permitida

**9**

Lechuga, zanahoria, olivas

**Arroz de invierno con setas**

**Merluza rellena de jamón y queso**

Fruta de temporada permitida

**15**

Lechuga, zanahoria, olivas

**Crema de calabaza y coco**

**Albóndigas a la santanderina**

con salsa de zanahoria y cebolla

Fruta de temporada permitida

**Hummus casero de aguacate con nachos**

**Hamburguesa tex mex con patata ranchera**

Fruta de temporada permitida

**22**

**miércoles**

Lechuga, tomate, zanahoria

**Sopa cubierta con letras de ave y cerdo con garbanzos y huevo**

**Solomillo de pollo empanado**

Fruta de temporada permitida

**10**

Chips caseros de vegetarianos frescos

**Guiso de garbanzos**

con hortalizas

Fruta de temporada permitida

**17**

Lechuga, tomate, maíz, olivas

**Sopa de cocido con estrellitas de ave y cerdo con huevo**

**Cocido con pelota**

con garbanzos, patata y hortalizas

Fruta de temporada permitida

**18**

Lechuga, zanahoria, lombarda

**Arroz con coliflor y ajotes**

con patata, champiñones y pimiento

Fruta de temporada permitida

**19**

Lechuga, maíz, pepino

**Olleta alicantina**

con alubias, lentejas, arroz y hortalizas

**Ailitas de pollo rustidas**

al horno

Fruta de temporada permitida

**jueves**

Lechuga, zanahoria, lombarda

**Crema bretona**

con alubias blancas y hortalizas

**Pizza prosciutto**

con fiambre de york, tomate y queso

Fruta de temporada permitida

**11**

lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas

**Ensalada mediterránea con queso**

Yogur

Fruta de temporada permitida

**12**

Lechuga, maíz, pepino

**Crema de boniato con picatostes caseros**

Muslo de pollo al horno

Fruta de temporada permitida

**18**

Lechuga, zanahoria, lombarda

**Fideuá gandicense**

con pescado y marisco

Yogur

Fruta de temporada permitida

**19**

Lechuga, maíz, pepino

**Olleta alicantina**

con alubias, lentejas, arroz y hortalizas

**Ailitas de pollo rustidas**

al horno

Fruta de temporada permitida

**viernes**

Hummus con tosta

**Macarrones con carbonara de calabaza**

Fruta de temporada permitida

**Rustidela de merluza con guisantes**

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada permitida

**LOS DULCES NATURALES ALEGRÍA**



**SABÍAS QUE:**

**CONSEJOS SALUDABLES**