

menú



ALERGIA/INTOLERANCIA FRUTOS SECOS-
CACAHUETE

DICIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidant

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

LOS DULCES NATURALES ALEGRÍA



SABÍAS QUE:

CONSEJOS SALUDABLES

*El postre del día 22 se servirá en función de la alergia, intolerancia o condición alimentaria

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Panini casero con tomate, verduras y jamón serrano

con queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus con pan

Macarrones con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO campesinas

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con letras

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz