

PLA ANUAL DE MENJADOR



CEIP La Patacona

CURS: 2025-2026

INTRODUCCIÓ

En el pla anual de menjador recollim el funcionament i organització del menjador escolar del CEIP La Patacona per a cada curs escolar. Pretenem que la nostra oferta com a centre educatiu siga la d'un servei públic de qualitat que, a més d'ensenyament reglat en horari lectiu, oferisca un altre tipus de serveis al nostre alumnat i les seues famílies.

En el nostre programa contemplen des de l'organització administrativa, informació de menús, horaris del menjador i del personal que atén el servei, organització de l'espai de menjador, normes, protocols per a alumnes malalts o accidentats, participació en la vida del menjador.

El Consell Escolar del CEIP La Patacona, reunit en sessió ordinària el 30 de juny de 2025, acorda continuar contractant a l'empresa IRCO S.L. en modalitat de gestió directa per oferir el servei de menjador pel que fa a alimentació i cuidadors per a aquest curs 2025-26.

HORARI DEL SERVEI DE MENJADOR ESCOLAR

Horaris del menjador.

El servei de menjador es realitzarà al nostre centre els mesos de setembre i juny de dilluns a divendres, en horari de 13:00 a 14:45h.

Durant la resta del curs (d'octubre a maig), de dilluns, dimarts i dijous, en horari de 12:30 a 15:00h. i dimecres i divendres de 13:15 a 14:45h.

Horari dels educadors

10 de dilluns a divendres de 12:30 a 15:00h.

8 de dilluns a divendres de 12:00 a 15:00h.

Horari del personal de cuina

- CUINER: de 8:00 a 16:00h.
- AUXILIAR 1: de 8:00 a 16:00h.
- AUXILIAR 2: de 8:00 a 16:00h.

FUNCIONAMENT DURANT EL PERÍODE DE MENJADOR

Aquest any s'estableixen dos torns de menjador:

- **Infantil, 1r i 2n de Primària:** 12:30h a 13:30h
- **De 4t a 6é de Primària:** 13:45h a 14:45h

PREUS DEL CURS 24-25

A continuació, detallarem els imports mensuals que hauran d'abonar els usuaris del menjador escolar (dilluns a divendres), desglossats en funció de si són becats o no. El preu del menú diari serà de 4'35€.

IMPAGAMENT DE LES MENSUALITATS

La falta de pagament dins de termini de les mensualitats del preu públic comportarà la interrupció automàtica de la prestació del servei de menjador, sense dret al reintegrament de les quantitats que s'hagueren abonat fins eixe moment.

DEVOLUCIÓ DIÉS NO DISFRUTATS

El Consell Escolar, dins de les facultats d'organització i planificació que la normativa estableix, estableix quin tipus de faltes d'assistència es consideren faltes justificades i quins no, així com la forma i termini per a justificar-les. Per part seua, la família, podrà estar d'accord o no en els acords, però convé recordar-los que la utilització del servei complementari suposa l'acceptació implícita del projecte educatiu de menjador escolar, i per tant l'assumpció de totes les condicions i requisits continguts en aquest.

És per això que el Consell Escolar estableix com justificades les següents faltes d'assistència que seran objecte de descompte:

- a) Els dies compresos en els períodes vacacionals de Nadal i Pasqua, així com els festius nacionals i locals d'Alboraya.
- b) Els períodes de 3 dies hàbils consecutius en els quals l'alumne no assistisca al centre per causa de malaltia, prèvia comunicació al centre pels obligats al pagament. La comunicació al centre es realitzarà mitjançant correu electrònic al 46026354@edu.gva.es, abans de les 10 del matí del primer dia d'absència i serà necessari adjuntar algun tipus de justificant mèdic.

c) Els dies del mes de setembre durant els quals l'alumne no assistisca al centre per indicació de la direcció d'aquest, amb motiu de l'entrada progressiva de l'alumnat (Infantil 3 anys)

EDUCACIÓ EN TEMPS LLIURE I DESCANS

El projecte educatiu d'IRCO per al curs 2025-26 és "Detectives de la vida saludable". Al llarg del curs es faran diferents activitats i menús relacionats amb els jocs.

A banda d'això, IRCO organitza una sèrie d'activitats educatives per al temps lliure i d'oci. Este curs, es programaran activitats esportives i lúdiques prioritzen les activitats al exterior en espais amb ombra.

Alumnat d'Infantil

Una vegada que acaben al menjador, passen a neteja personal. Els xiquets de 1r d'Educació Infantil, van a l'hora del descans (migdiada) i la resta d'alumnat realitzaran activitats d'oci i temps lliure.

COMENSALS

El nombre de comensals per al curs 2025-2026 és de 380 aproximadament. D'ells, 110 són d'Educació Infantil i 270 d'Educació Primària.

EQUIP QUE PRESTA EL SERVEI DEL MENJADOR

Director: José Ignacio González García

Encarregada: Ángela Iglesias González

Cuidadors menjador: 18 monitors

Comissió de seguiment del servei de menjador: Director, 2 pares del Consell Escolar, 2 mestres del CE, entre elles l'encarregada de menjador.

ORGANITZACIÓ DEL MENÚ

El menú diari és elaborat per l'empresa de menjador contractada IRCO SL, i

aquest menú ha de ser equilibrat i variat, seguint les instruccions de nutricionistes contractats per aquesta empresa, a més a més, està elaborat seguint les indicacions de la Guia per als menús en menjadors escolars 2018 de la Generalitat Valenciana.

Cada mes a la web del centre es publica un llistat amb la graella de menús per a eixe període de temps.

Les condicions i certificats de qualitat vénen avalats per dita empresa així com el correcte servei en les mesures higiènic- sanitàries necessàries.

Hi ha un control diari per part del personal del menjador de la qualitat i quantitat de menús subministrats, intentant resoldre les incidències en el mateix dia o evitant que es repetisquen.

L'empresa IRCO S.L. confecciona un menú adaptat per a celíacs, intoleràncies, dietes. Els alumnes que necessiten aquest tipus de menú hauran d'entregar a l'encarregada de menjador un informe mèdic actualitzat.

També s'elaboren menús per a musulmans i vegetarians.

Es realitzarà una valoració individual diària dels comensals del cicle d'Infantil i primer de Primària mitjançant la app d'IRCO. Si existira alguna informació que s'haja de transmetre als pares, l'encarregada de menjador es posarà en contacte amb ells.

Al final del document afegim diferents exemples de menú per a aquest curs.

INSTAL·LACIONS

- Aula de menjador amb capacitat de 208 comensals.
- Banys del centre.
- Aules i banys d'infantil.
- Patis d'infantil i primària.
- SUM d'infantil.

MESURES DE SEGURETAT

- Mobiliari de cuina amb panys.
- Revisió i actualització de la seguretat de les instal·lacions.
- Control de la recepció dels aliments.
- Comunicació a l'equip directiu per a la seu remissió a l'ajuntament de temes relacionats amb el manteniment i seguretat del centre, així com als Serveis Territorials d'Educació.
- Control d'entrades i eixides.
- Pla d'evacuació i mesures d'emergència.

NORMES DEL MENJADOR

Les normes de funcionament del menjador, així com les faltes de disciplina i les sancions, estan arreplegades al Projecte Educatiu de Menjador i son d'obligat compliment.

Les famílies atendran les indicacions del personal del menjador a fi de corregir conductes errònies que perjudiquen la salut alimentària dels seus fills/es.

El Consell Escolar haurà de ser informat per la direcció del centre de qualsevol situació que distorsione el funcionament del menjador.

El Consell Escolar, per mitjà de la Comissió de Menjador, participarà en el control de la higiene i seguretat del menjador, en l'elaboració de la corresponent memòria anual i en la resolució de conflictes de disciplina relacionats amb el menjador.

EXEMPLES DE MENÚ ESCOLAR

A continuació adjuntem diferents exemples de menú per a aquest curs:

menú

Septiembre 2025



MENÚ PATACONA

Menu autonoma

lunes



martes



miércoles



jueves



viernes



Festivo

Lechuga, remolacha, maíz
Arroz con salsa de tomate
Calamar a la romana
Fruta en su jugo

CENA: Calabacín encebollado y tortilla de jamón. Fruta

Crudités de verduras frescas
Espirales toscana
con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria
Lacón al pimentón
Fruta de temporada

CENA: Tomate a la provenzal y guiso de pescado blanco. Fruta

Lechuga, remolacha, maíz
Lentejas con verduras
con patata, pimiento y zanahoria
Boquerón en tempura casera
Fruta de temporada

CENA: Crema mediterránea y tortilla de espinacas. Fruta

Lechuga, zanahoria, olivas
Crema de calabacín y puerro
Longanizas rustidas en salsa lionesa
de cerdo al horno con salsa de cebolla
Fruta de temporada

CENA: Sopa juliana y pescado blanco en salsa de puerros. Fruta

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

15

16

17

18

19

22

23

24

25

26

29

30

SABÍAS QUE

En IRCO, todos los días más Sostenibles. Todos los días, PAN ECO.

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, nectarina y pera

CONSEJOS SALUDABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar! Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

Ingredientes ECO

Pescado sostenible

De temporada

Fuente de omega 3

Gastronomía local

Sugerencia CENA

Proteína vegetal

Día menú temático

Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

Valor nutricional

(Promedio diario de la comida del medio día)

Energía	Grasas	AGS	ACM	ACP
3631kj 868kcal	39.4g	7.5g	12.8g	15.6g
Hidratos de Carbono	Azúcares	Proteinas		Sal
91g	22.7g	32.0g		2.7g



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, dacsa
Arròs amb salsa de tomaca
Calamar a la romana
Fruita en el seu suc

08

Lletuga, dacsa, olives
MACARRONES ECO al pesto d'alfàbega
amb salsa de tomaca

09

Lletuga, safanòria, llombarda
Fesols camperoles
amb hortalisses
Hamburguesa mixta amb samfaina i pésols
d'au i porc al forn amb salsa de tomaca i hortalisses

10

Lletuga, tomaca, safanòria
Sopa castellana con fideus
d'au i potc amb ou
Aletes de pollastre rostides a la llima
Fruita de temporada

11

Lletuga, safanòria, remolatxa
Crema de llegums
con verdures
Cassola de magre en salsa de tomaca
Fruita de temporada

12

SOPAR: Carabasseta en ceba i fruta de pernil. Fruita

Crudités de verdures fresques
Espirals toscana
amb tomaca, ceba, carabasseta i safanòria
Braó de porc al pebre roig
Fruita de temporada

15

Lletuga, olives, cogombre
Crema de verdures camprestes
amb creïlla, porro, safanòria i carabasseta
Filet de pollastre arrebossat
Fruita de temporada

16

Lletuga, dacsa, olives
LLENTILLES ECO a la jardineria
amb hortalisses
Pizza IRCO
amb pernil dolç, tomaca i formatge

17

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, tonyina i olives
Amanida completa
lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, tonyina i olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Batut casolà de fruites

18

Lletuga, llombarda, dacsa
Cigrons de l'horta
amb creïlla, carabasseta, ceba i safanòria
Truita de creïlla
Fruita de temporada

19

SOPAR: Tomaca a la provençal i guisat de peix blanc. Fruita

Lletuga, remolatxa, dacsa
Llentilles amb verdures
amb creïlla, pebro i safanòria
Aladro en tempura casolana
Fruita de temporada

22

Lletuga, safanòria, olives
Macarrons ECO a la provença
amb verdures i herbes aromàtiques
Truita francesa amb formatge
Fruita de temporada

23

Lletuga, dacsa, cogambre
Crema bretona
amb fesols blancs i hortalisses
Mandonguilles a la santanderina
carn de porc al forn amb salsa de safanòria i ceba

24

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, tonyina i olives
Amanida mediterrània
lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, tonyina i olives
Paella valenciana
amb pollastre, bajoca i garrofó

25

Hummus amb natxos
Sopa de picada amb estreletes
d'au i porc amb ou
Cuixa de pollastre rostit al romer
al forn

26

SOPAR: Crema mediterrània i truita d'espinacs. Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Crema de carabasseta i porro
Llonganisses rostides amb salsa lionesa
de porc al forn amb salsa de ceba

29

Lletuga, dacsa, cogambre
Potatge de cigrons amb verdures
amb creïlla, carabasseta, ceba i safanòria
Ous trencats
Fruita de temporada

30

INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS:
Aquest menú no és apte per a persones que patixen alèrgies o intolleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, annex iii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

SOPAR: Sopa juliana i peix blanc en salsa de porros. Fruita

Fruita de temporada

VUELTA AL COLE

SABIES QUE

En IRCO, tots els dies més Sostenibles. Tots els dies, PA ECO.

SETEMBRE FRUITA DE TEMPORADA:
Poma, plàtan, nectarina i pera

CONSELLS SALUDABLES

¡Benvinguts al nou cicle escolar!
Explorarem i gaudirem diferents aliments colorits i aromàtics, que ens aportaran nutrients per cuidar el nostre cos.

Ingredients ECO

Peix sostenible

De temporada

Font d'omega 3

Gastronomia local

Suggeriment SOPAR

Proteïna vegetal

Dia menú temàtic

Dia susceptible de festiu, consulta amb el teu centre.

Valor nutricional

(Promedi diari del menjar de mig dia)

Energia	Greix	AGS	ACM	ACP
3631kj 868kcal	39.4g	7.5g	12.8g	15.6g
Hidrats de Carboni	Sucres	Proteïnes	Sal	
91g	22.7g	32.0g	2.7g	

menú



ALERGIA/INTOLERANCIA FRUTOS
SECOS-CACAHUETE

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidant

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres con hortalizas Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Mini polos	Hummus con pan Sopa de ave con estrellitas Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro de cerdo al horno con salsa de cebolla	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos con patata Huevos rotos Fruta de temporada			

menú

ALERGIA/INTOLERANCIA LACTOSA-
PROTEÍNA LECHE DE VACA

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



Lechuga, remolacha, maíz
Arroz con salsa de tomate

Filete de merluza rebozada casera
con harina de maíz
Fruta en conserva

Espirales a la toscana
con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria

Lomo al pimentón
al horno
Fruta de temporada

Lentejas con verduras
con patata, pimiento y zanahoria

Boquerón en tempura casera
Fruta de temporada

Crema de calabacín y puerro

Longanizas en salsa lionesa
de cerdo al horno con salsa de cebolla
Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas
Macarrones ECO al pesto de albahaca

Hamburguesa mixta con samfaina
de cerdo y pavo
Fruta de temporada

Crema de verduras campestres

Pechuga de pollo rebozada casera
con harina de maíz
Fruta de temporada

Macarrones ECO a la provenza
con verduras y hierbas aromáticas

Tortilla francesa
SIN QUESO
Fruta de temporada

Potaje de garbanzos

Huevos rotos
con patata
Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda
Alubias camperas

Revuelto de calabacín
SIN QUESO
Fruta de temporada

Lentejas ECO a la jardinera
con hortalizas
lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas

Panini casero con tomate y jamón serrano
SIN QUESO
Fruta de temporada

Crema bretona
con alubias y hortalizas
lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas

Estofado de albóndigas a la santanderina
al horno
Fruta de temporada

Ensalada completa
con patata, calabacín, cebolla y zanahoria

Arroz del senyoret
con pescado y marisco
Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria
Sopa de ave con fideos

Alitas de pollo rustidas
Fruta de temporada

Ensalada completa
lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas

Arroz del senyoret
con pescado y marisco
Fruta de temporada

Paella valenciana
con pollo, judía verde y garrofón
Mini polos

Muslo de pollo rustido al romero
al horno
Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, remolacha
Crema de legumbres

Magro con tomate
Fruta de temporada

Garbanzos de la huerta
con patata, calabacín, cebolla y zanahoria

Tortilla de patata
Fruta de temporada

Sopa de ave con estrellitas
Hummus con pan

Muslo de pollo rustido al romero
al horno
Fruta de temporada



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú

ALERGIA/INTOLERANCIA LACTOSA-
PROTEÍNA LECHE DE VACA-HUEVO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina de cerdo y pavo Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Lomo asado Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos "sin gluten" Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Macarrones "sin gluten" a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Panini casero con tomate y jamón serrano	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera Panini casero con tomate y jamón serrano	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz del senyoret	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta Pechuga de pollo asada con patatas
Lomo al pimentón al horno Fruta de temporada	Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	SIN QUESO Fruta de temporada	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana	Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la provenza con verduras y hierbas aromáticas	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona Estofado de albóndigas a la santanderina	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana	Fruta de temporada
Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Lomo al horno Fruta de temporada	al horno Fruta de temporada	con pollo, judía verde y garrofón Mini polos	al horno Fruta de temporada
Fruta de temporada	Fruta de temporada			
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro de cerdo al horno con salsa de cebolla	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Pollo en su jugo			
Fruta de temporada	Fruta de temporada			

menú



MENÚ CELIACO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos "sin gluten" Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Macarrones "sin gluten" a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Hervido valenciano con patata, cebolla y zanahoria Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Hervido valenciano con patata, cebolla y zanahoria Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Helado	Lechuga, zanahoria, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos con patata Fruta de temporada			

menú



ALERGIA/INTOLERANCIA ATÚN

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Caprichos a la romana Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa castellana con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria Lacón al pimentón Fruta de temporada	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Solomillo de pollo empanado Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Pizza prosciutto con fiambre de york, tomate y queso Fruta de temporada		Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta de temporada		Hummus con nachos Sopa de picadillo con estrellitas de ave y cerdo con huevo Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Huevos rotos con patata Fruta de temporada			



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú



MENÚ OVOLACTOVEGETARIANO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Rollito de primavera Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa falafel con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa juliana con fideos de verduras Cous cous salteado con hortalizas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Verduras asadas con guarnición de arroz Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria Guisantes salteados encebollados Fruta de temporada	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Cous cous salteado con hortalizas Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Pizza vegetal con tomate y queso Fruta de temporada		Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria Orly de verduras Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Pisto asado con guarnición de arroz Fruta de temporada		Hummus con nachos Sopa minestrone con estrellitas sopa de verduras Calabacín relleno de arroz y hortalizas Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Cous cous salteado con hortalizas Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos con patata Fruta de temporada			



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú

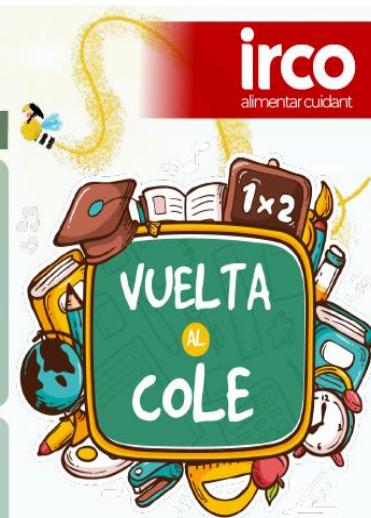


MENÚ NO CERDO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Caprichos a la romana Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Pollo con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria Pollo al pimentón Fruta de temporada	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Solomillo de pollo empanado Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Pizza vegetal con tomate y queso Fruta de temporada	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas de ave a la santanderina al horno Fruta de temporada	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Helado	Hummus con nachos Sopa de ave con estrellitas Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Huevos rotos con patata Fruta de temporada			



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú

ALERGIA/INTOLERANCIA MARISCO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz de verduras Batido casero de frutas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Helado	Hummus con pan Sopa de ave con estrellitas Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Huevos rotos con patata Fruta de temporada			

menú

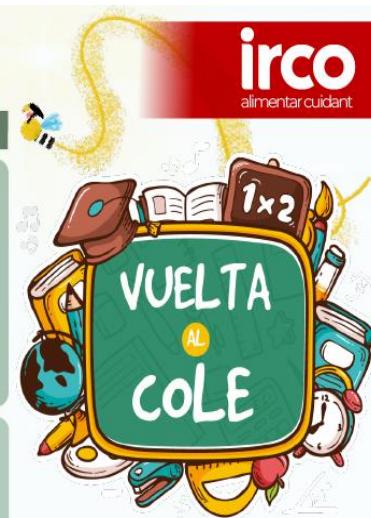


ALERGIA/INTOLERANCIA HUEVO

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Lomo asado con queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos "sin gluten" Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Macarrones "sin gluten" a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta Pechuga de pollo asada con patatas al horno Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la provenza con verduras y hierbas aromáticas	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Mini polos	Hummus con pan Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Pollo en su jugo Fruta de temporada			



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú



ALERGIA/INTOLERANCIA FRUTAS
ESPECÍFICAS

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABIAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Fruta permitida	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta permitida	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa castellana con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta permitida
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria Fruta permitida	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Fruta permitida Solomillo de pollo empanado Fruta permitida	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Pizza prosciutto con fiambre de york, tomate y queso Fruta permitida	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa Fruta permitida Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas permitidas Fruta permitida	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta permitida
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta permitida	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de magro a la santanderina al horno Fruta permitida	lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea Fruta permitida Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Helado	Hummus con nachos Sopa de picadillo con estrellitas de ave y cerdo con huevo Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta permitida
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Fruta permitida	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Fruta permitida			
Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla Fruta permitida	Huevos rotos con patata Fruta permitida			

menú



MENÚ BAJO EN FRUCTOSA

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
8 Arroz con setas y verduras permitidas Filete de merluza al vapor Postre permitido	9 Pasta hervida con hortalizas permitidas Filete de lomo al horno Postre permitido	10 Patata asada con especias Tortilla de queso Postre permitido	11 Sopa de ave con fideos Alitas de pollo rustidas Postre permitido	12 Crema de patata Magro asado Postre permitido
15 Pasta hervida con verduras permitidas Filete de lomo al horno Postre permitido	16 Crema de patata Pollo guisado Postre permitido	17 Patata asada al pimentón Pollo en su jugo Postre permitido	18 Arroz blanco al horno Pescado blanco asado Postre permitido	19 Patata asada con especias Tortilla francesa Postre permitido
22 Patata asada al pimentón Boquerón al horno Postre permitido	23 Pasta hervida con verduras permitidas Tortilla francesa con queso Postre permitido	24 Crema con verduras permitidas Magro al horno Postre permitido	25 Arroz blanco al horno Pollo guisado Postre permitido	26 Sopa de ave con fideos Muslo de pollo rustido Postre permitido
29 Crema con verduras permitidas Lomo al horno Postre permitido	30 Patata asada con especias Huevos rotos con patata Postre permitido			



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

menú

ALERGIA/INTOLERANCIA FRUTOS SECOS-CACAHUETE-MELOCOTÓN

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta permitida	Lechuga, maíz, olivas Macarrones ECO al pesto de albahaca con salsa de tomate Hamburguesa mixta con samfaina al horno Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín y queso Fruta permitida	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos Alitas de pollo rustidas Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta permitida
Crudités de verdura fresca Espirales a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria Lomo al pimentón al horno Fruta permitida	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Fruta permitida	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Panini casero con tomate, jamón serrano y queso Fruta permitida	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Batido casero de frutas permitidas	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta permitida
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria Boquerón en tempura casera Fruta permitida	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Tortilla francesa con queso Fruta permitida	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Estofado de albóndigas a la santanderina al horno Fruta permitida	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Mini polos	Hummus con pan Sopa de ave con estrellitas Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta permitida
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro Longanizas en salsa lionesa de cerdo al horno con salsa de cebolla Fruta permitida	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos Huevos rotos con patata Fruta permitida			

menú

ALERGIA/INTOLERANCIA LACTOSA-
PROTEINA LECHE DE VACA-SOJA

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

Lechuga, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta en conserva	Lechuga, maíz, olivas Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con salsa de tomate Pollo al horno con salsifina al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda Alubias camperas con patata, zanahoria y calabacín Revuelto de calabacín Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria Sopa de ave con fideos "sin gluten" Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha Crema de legumbres con verduras Magro con tomate Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca Macarrones "sin gluten" a la toscana con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria	Lechuga, olivas, pepino Crema de verduras campestres Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas Lentejas ECO a la jardinera con hortalizas Panini casero con tomate y jamón serrano SIN QUESO Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Fruta de temporada	Lechuga, lombarda, maíz Garbanzos de la huerta con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Tortilla de patata Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz Lentejas con verduras con patata, pimiento y zanahoria	Lechuga, zanahoria, olivas Macarrones "sin gluten" a la provenza con verduras y hierbas aromáticas	Lechuga, maíz, pepino Crema bretona con alubias y hortalizas Pollo a la santanderina al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón Fruta de temporada	Hummus con pan Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo rustido al romero al horno Fruta de temporada
Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Tortilla francesa Fruta de temporada			
Lechuga, zanahoria, olivas Crema de calabacín y puerro	Lechuga, maíz, pepino Potaje de garbanzos			
Filete de lomo en salsa lionesa al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada	Huevos rotos con patata Fruta de temporada			

menú



MENÚ RÉGIMEN

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Filete de merluza al vapor

Fruta de temporada

Crudités de verdura fresca

Espirales a la toscana

con tomate, cebolla, calabacín y zanahoria

Filete de lomo al horno

Fruta de temporada

Lechuga, remolacha, maíz

Lentejas con verduras

con patata, pimiento y zanahoria

Filete de abadejo al caldo corto

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas

Crema de calabacín y puerro

Lomo en salsa lionesa

al horno con salsa de cebolla

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

Macarrones ECO al pesto de albahaca

con salsa de tomate

Filete de lomo al horno con pisto asado

Fruta de temporada

Lechuga, olivas, pepino

Crema de verduras campestres

Pollo guisado

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

Macarrones ECO a la provenza

con verduras y hierbas aromáticas

Tortilla francesa

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

Potaje de garbanzos

Tortilla francesa

Lechuga, zanahoria, lombarda

Alubias camperas

con papa, zanahoria y calabacín

Tortilla francesa

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

Lentejas ECO a la jardinera

con hortalizas

Pollo en su jugo

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

Crema bretona

con alubias y hortalizas

Magro al horno

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con fideos

Alitas de pollo rustidas

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, remolacha

Crema de legumbres

con verduras

Magro asado

Fruta de temporada

Lechuga, lombarda, maíz

Ensalada completa

lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas

Arroz del senyoret

con pescado y marisco

Yogur desnatado

Fruta de temporada

Hummus con nachos

Sopa de ave con estrellitas

Muslo de pollo rustido al romero

al horno

Fruta de temporada



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

En aquellos casos que se lleve a cabo una dieta especial por alergia, intolerancia, cualquier otra necesidad médica o bien por motivos culturales o religiosos, y por tanto, no se puedan llevar a cabo las recomendaciones de cenas indicadas en el menú basal, y en cumplimiento del **artículo 40.4 de la ley 17/2011 de 5 de julio**, de seguridad alimentaria y nutrición, a continuación, os proporcionamos propuestas para que, en los casos mencionados, las cenas ofrecidas en casa sean complementarias al menú proporcionado en el comedor.

PRIMEROS PLATOS

Si he comido:



Para cenar:



POSTRES

Si he comido:



Para cenar:



SEGUNDOS PLATOS

