



CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

LAS FRUTAS, VERDURAS Y HORTALIZAS PROVIENEN DE L'ECOTIKA DE MERCALAVALENCIA

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Kcal 851 Glú 113 Líp 29 Pro 29

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta Pan integral

2 Kcal 705 Glú 95 Líp 23 Pro 26

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Postre Fruta Pan integral

3 Kcal 664 Glú 98 Líp 18 Pro 20

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Postre Fruta Pan integral

4 Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Postre Fruta Pan integral

5 Kcal 707 Glú 97 Líp 23 Pro 22

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún
Postre Fruta Pan integral

8 Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26

FESTIVO

9 Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún
Boquerones en tempura con mahonesa

Postre Fruta Pan integral

10 Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos
Croquetas de cocido

Postre Fruta Pan integral

11 Kcal 811 Glú 114 Líp 26 Pro 25

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno

Postre Lácteo Pan integral

12 Kcal 754 Glú 104 Líp 25 Pro 23

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela
Tortilla de espinacas

Postre Fruta Pan integral

15 Kcal 851 Glú 113 Líp 28 Pro 29

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela
Varitas de salmón al horno

16 Kcal 811 Glú 114 Líp 26 Pro 25

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa
Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre Fruta Pan integral

17 Kcal 747 Glú 100 Líp 26 Pro 22

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados
Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta Pan integral

18 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 20

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo
Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta Pan integral

19 Kcal 707 Glú 97 Líp 23 Pro 22

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta Pan integral

22 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad
Chuleta de pavo al ajillo con chips

23 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Pasta / Aros o Legumbres

Postre Lácteo especial Pan integral

24 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Hortalizas

Postre Fruta Pan integral

25 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Carne / Pescado

Postre Fruta Pan integral

26 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Lácteo

Postre Fruta Pan integral

29 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Atención al cliente

30 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Pasta / Aros o Legumbres

31 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21

Hortalizas

RECOMENDACIONES DE CENA



Pasta / Aros o Legumbres



Hortalizas



Pescado / Huevo



Carne / Huevo



Carne / Pescado



Lácteo



Fruta

902 103 478

Atención al cliente



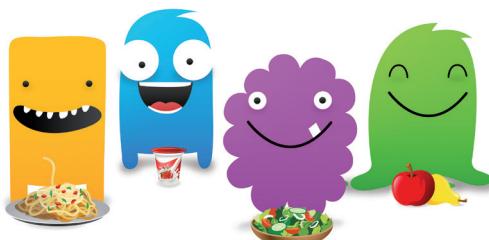
www.tamar.es



COMIDA

CENA

Dietistas-Nutricionistas: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Desembre 2025

LES FRUITES, VERDURES I HORTALISSES PROVENEN DE L'ECOTIRA DE MERCALÈNCIA

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 Kcal 851 Glú 113 Líp 29 Pro 29
Enciam, tomata, dacsa i espàrrecs
Colzets amb tomata, ceba i bacon
Ventresca de lluç a la gallega amb alleys i pimentó dolç

Postre Fruita Pa integral

8
FESTIU

15 Kcal 851 Glú 113 Líp 28 Pro 29
Enciam, tomata, cogembre y olives
Espaguetis a la lentejosa
Varetes de salmó al forn

22 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 21
MENU ESPECIAL NADAL
Sopa de Nadal
Xulla de titot allada amb chips

Postre Lacti especial Pa integral

29

2 Kcal 705 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Iceberg, tomata, olives i carlota
Sopa de peix amb estrelles
Llom cinta amb xampinyons

Postre Fruita Pa integral

9 Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Enciam, tomata, cogembre y olives
Macarrons integrals amb tomata i tonyina
Aladrocs en tempura amb maionesa

Postre Fruita Pa integral

3 Kcal 664 Glú 98 Líp 18 Pro 20
Mesclum d'enciam, tomata, olives i dacsa
Olleta de fesols pintes amb hortalisses
Truita francesa de ceba

Postre Fruita Pa integral

10 Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Mesclum de fulla verda, dacsa i carlota
Potatge de cigrons
Croquetes de putxero

Postre Fruita Pa integral

4 Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21
Torrada amb formatge
Amanida completa valenciana
Arròs marinat amb verdures de temporada

Postre Fruita Pa integral

11 Kcal 811 Glú 114 Líp 26 Pro 25
Torrada de tomata
Amanida completa amb taronja i olives
Arròs al forn

Postre Lacti Pa integral

17 Kcal 747 Glú 100 Líp 26 Pro 22
Enciam, tomata, olives i remolatxa
Canelons gratinats
Companatge de titot i formatge

Postre Fruita Pa integral

18 Kcal 679 Glú 95 Líp 23 Pro 20
Iceberg, tomata, olives i carlota
Sopa castellana amb ou
Hamburguesa mixta amb arets de ceba

Postre Fruita Pa integral

5 Kcal 707 Glú 97 Líp 23 Pro 22
Enciam, tomata, dacsa i carlota
Crema de llentilles i carlota
Pizza de tonyina

Postre Fruita Pa integral

12 Kcal 754 Glú 104 Líp 25 Pro 23
Enciam, tomata, remolatxa i espàrrecs
Llentilles de la iaia
Truita d'espinaucs

Postre Fruita Pa integral

19 Kcal 707 Glú 97 Líp 23 Pro 22
Enciam, tomata, cogembre i olives
Crema de carabassa i poma
Rellom de pollastre empanat

Postre Fruita Pa integral

16 Kcal 811 Glú 114 Líp 26 Pro 25
Torrada d' humus al pimentó
Amanida valenciana completa
Arròs amb fesols, naps i moniato roig

Postre Fruita Pa integral

24

31

26

RECOMANACIONS DE SOPAR

Dietistes-Nutricionistes: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Pasta / Arròs o Llegums



Hortalisses



Peix / Ou



Carr / Ou



Carr / Peix



Lacti



Fruita

902 103 478

Atenció al client

www.tamar.es



DINAR

SOPAR



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No carne

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Nuggets de brócoli

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún

Boquerones en tempura con mahonesa

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Croquetas de bacalao

Postre Fruta

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno de verduras

Postre Lácteo

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas juliana

Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela

Varitas de salmón al horno

Postre Fruta

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz seco con verduras

Postre Fruta

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados de espinacas

Surtido de quesos

Postre Fruta

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana de verduras con huevo

Hamburguesa de coliflor con aros de cebolla

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Merluza a la romana

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Bacalao a la gallega con chips

Postre Lácteo especial

23

24

25

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No cerdo

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Croquetas de bacalao

Postre Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno de verduras

Postre Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas juliana

Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela

Varitas de salmón al horno

Postre Fruta

16

Pan integral

17

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz seco de verduras

Postre Fruta

18

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados de espinacas

Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta

19

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo

Hamburguesa de coliflor con aros de cebolla

Postre Fruta

20

Pan integral

21

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre Lácteo especial

23

Pan integral

24

Pan integral

25

Pan integral

26

Pan integral

29

Pan integral

30

Pan integral

31

Pan integral



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

Vegano

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla

Lentejas salteadas con quinoa y ajitos

Postre

Fruta

Pan integral

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de verduras con estrellitas

Nuggets de brócoli

Postre

Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Menestra de verduras

Postre

Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Arroz marinero con verduras de temporada

Postre

Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza margarita

Postre

Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y queso

Guisantes con cebolla y zanahoria

Postre

Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Nuggets de brócoli

Postre

Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno de verduras

Postre

Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas juliana

Berenjena, tomates y cebolla asados

Postre

Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela

Garbanzos con cuscús y verduras

Postre

Fruta

Pan integral

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz seco con verduras

Postre

Fruta

Pan integral

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados de espinacas

Surtido de quesos

Postre

Fruta

Pan integral

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana de verduras

Hamburguesa de coliflor con aros de cebolla

Postre

Fruta

Pan integral

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Alubias salteadas con tomate y cebolla

Postre

Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad de verduras

Legumbres salteadas con quinoa, zanahoria y champiñones

Postre

Lácteo especial

23

24

25

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA
Diciembre 2025
No frutos cáscara, piel fruta, melocotón

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas
Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas
Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria
Pizza de atún

Postre Fruta

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones con tomate y atún
Bacalao al horno con mahonesa

Postre Fruta

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos
Croquetas de bacalao

Postre Fruta

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno

Postre Lácteo

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela
Tortilla de espinacas

Postre Fruta

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejesa
Varitas de salmón al horno

Postre Fruta

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa
Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre Fruta

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados
Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo
Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad
Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre Lácteo especial

23

24

25

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No frutos cáscara

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta Pan

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta Pan

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta Pan

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún

Postre Fruta Pan

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones con tomate y atún

Bacalao al horno con mahonesa

Postre Fruta Pan

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Croquetas de bacalao

Postre Fruta Pan

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno

Postre Lácteo Pan

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela

Tortilla de espinacas

Postre Fruta Pan

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela

Varitas de salmón al horno

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre Fruta Pan

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados

Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta Pan

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo

Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta Pan

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta Pan

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

23

Postre Lácteo especial Pan

24

25

Postre Fruta Pan

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No kiwi

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún

Boquerones en tempura con mahonesa

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Croquetas de cocido

Postre Fruta

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno

Postre Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela

Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejosa

Varitas de salmón al horno

Postre Fruta

16

Pan integral

17

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre Fruta

18

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados

Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta

19

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo

Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

20

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre Lácteo especial

23

Pan integral

24

Pan integral

25

Pan integral

26

Pan integral

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No lactosa

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas
Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas
Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

4

Tosta con tomate
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria
Panini con tomate y orégano

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún
Bacalao al horno con patatas

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos
Croquetas de bacalao

Postre Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno

Postre Lácteo sin lactosa

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela
Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejuela

Merluza al horno

Postre Fruta

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Postre Fruta

Pan integral

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de magritos
Fiambre de pavo y york

Postre Fruta

Pan integral

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo
Hamburguesa mixta con cebolla

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Pollo plancha con cebolla

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre Lácteo sin lactosa

23

24

25

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No legumbres

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Arroz con tomate, cebolla y bacon
Merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con sémola de arroz
Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Guisado de pavo
Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de patata y zanahoria
Panini con tomate y orégano

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Arroz con tomate y atún
Bacalao al horno con patatas

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Guisado de magritos
Croquetas de bacalao

Postre Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno (arroz y magritos)

Postre Lácteo

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Guisado de pavo
Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Arroz con tomate
Merluza al horno

16

Tosta de tomate
Ensalada valenciana completa
Arroz seco de verduras

Postre Fruta

Pan integral

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de magritos
Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo y sémola de arroz
Hamburguesa mixta con cebolla

Postre Fruta

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Pollo plancha con cebolla

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad con sémola de arroz
Chuleta de pavo al ajillo con chips

23

Postre Lácteo especial

Pan integral

24

Postre Fruta

25

Pan integral

26

Postre Fruta

Pan integral

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No marisco

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon

Solomillo de pollo empanado

Postre

Fruta

Pan integral

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de verduras con estrellitas

Lomo cinta con champiñones

Postre

Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre

Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana

Arroz de verduras de temporada

Postre

Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Panini con tomate y orégano

Postre

Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y queso

Tortilla de calabacín

Postre

Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Nuggets de pollo

Postre

Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno

Postre

Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela

Tortilla de espinacas

Postre

Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejosa

Pollo plancha con cebolla

Postre

Fruta

Pan integral

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre

Fruta

Pan integral

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de magritos

Fiambre de pavo y queso

Postre

Fruta

Pan integral

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo

Hamburguesa mixta con cebolla

Postre

Fruta

Pan integral

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Solomillo de pollo empanado

Postre

Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre

Lacteo especial

Pan integral

23

24

25

26

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No piña

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas
Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas
Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria
Pizza de atún

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún
Boquerones en tempura con mahonesa

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos
Croquetas de cocido

Postre Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno

Postre Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela
Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejosa

Varitas de salmón al horno

Postre Fruta

16

Pan integral

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Postre Fruta

Pan integral

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados

Postre Fruta

Pan integral

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo
Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta

Pan integral

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre Lácteo especial

23

Pan integral

24

Pan integral

25

Pan integral

26

Pan integral

29

30

31



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No berenjena

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Ventresca de merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas
Lomo cinta con champiñones

Postre Fruta

Pan integral

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas
Tortilla francesa de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre Fruta

Pan integral

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria
Pizza de atún

Postre Fruta

Pan integral

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones integrales con tomate y atún
Boquerones en tempura con mahonesa

Postre Fruta

Pan integral

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos
Croquetas de cocido

Postre Fruta

Pan integral

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas
Arroz al horno

Postre Lácteo

Pan integral

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela
Tortilla de espinacas

Postre Fruta

Pan integral

15

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa
Arroz con fesols, naps i boniato rojo

23

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad
Chuleta de pavo al ajillo con chips

30

Postre Lácteo especial

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados
Fiambre de pavo y queso

Postre Fruta

Pan integral

24

25

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo
Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre Fruta

Pan integral

26

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana
Solomillo de pollo empanado

Postre Fruta

Pan integral

29

31

Postre Lácteo especial



Lunes

CEIP JOAN XXIII CATARROJA

Diciembre 2025

No cacahuete

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, maíz y esparragos
Coditos con tomate, cebolla y bacon
Merluza a la gallega con ajitos y pimentón dulce

Postre

Fruta

2

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa de pescado con estrellitas

Postre

Fruta

Pan

3

Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Olletas de alubias pintas con hortalizas

Tortilla francesa de cebolla

Postre

Fruta

4

Tosta con queso
Ensalada completa valenciana
Arroz marinero con verduras de temporada

Postre

Fruta

5

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Crema de lentejas y zanahoria

Pizza de atún

Postre

Fruta

Pan

8

FESTIVO

9

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones con tomate y atún

Bacalao al horno con mahonesa

Postre

Fruta

Pan

10

Mezclum de hoja verde, maíz y zanahoria
Potaje de garbanzos

Croquetas de bacalao

Postre

Fruta

Pan

11

Tosta de tomate
Ensalada completa con naranja y aceitunas

Arroz al horno

Postre

Lácteo

12

Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Lentejas de la abuela

Tortilla de espinacas

Postre

Fruta

Pan

15

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espaguetis a la lentejesa

Varitas de salmón al horno

Postre

Fruta

Pan

16

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa

Arroz con fesols, naps i boniato rojo

Postre

Fruta

Pan

17

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Canelones gratinados

Fiambre de pavo y queso

Postre

Fruta

Pan

18

Iceberg, tomate, olivas, zanahoria
Sopa castellana con huevo

Hamburguesa mixta con aros de cebolla

Postre

Fruta

19

Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de calabaza y manzana

Solomillo de pollo empanado

Postre

Fruta

Pan

22

MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO
Sopa de navidad

Chuleta de pavo al ajillo con chips

Postre

Lácteo especial

Pan

23

24

31

25

26