

menú



Diciembre 2025



CEIP LA VALLVERDA

Alergia/intolerancia lactosa-proteína leche de vaca CCA

irco
alimentar cuidando

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo asado Fruta	Lechuga, zanahoria, maíz Estofado de lentejas campesinas con hortalizas Tortilla de patata y cebolla Fruta	Lechuga, tomate, olivas Arroz con salsa de tomate Longanizas de ave al horno Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, Crema de calabacín y cebolla con albahaca Pizza de jamón serrano con tomate Fruta	Hummus de garbanzos Macarrones "sin gluten" italiana con tomate Rustidera de merluza con guarnición de guisantes al horno Fruta
Festivo	Lechuga, zanahoria, olivas Arroz con setas Filete de merluza al limón al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Olleta alicantina con alubias, lentejas, arroz y hortalizas Tortilla de patata y calabacín Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Fideos "sin gluten" a la cazuela con pescado Huevo duro con jamón serrano Postre de soja	Lechuga, lombarda, olivas Crema de boniato Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta
Lechuga, remolacha, pepino Guisado de lentejas con verduras Filete de abadejo al caldo corto Fruta	Lechuga, tomate, olivas Crema de verduras campesinas Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, lombarda, maíz Macarrones "sin gluten" con tomate y aceitunas Tortilla francesa Fruta	Lechuga, zanahoria, olivas Arroz con coliflor y ajetes Filete de abadejo en salsa mery con guisantes al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, maíz Garbanzos camperos con hortalizas Alitas de pollo rustidas al horno Fruta
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Hummus de garbanzos Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al horno Postre de soja	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
			<small>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</small>	

LOS DULCES NATURALES ALEGRÍA



SABÍAS QUE:

DICIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
manzana, plátano, mandarina, naranja, pera i caqui persimón

CONSEJOS SALUDABLES

La fruta es el postre más dulce y natural, y además te da energía para jugar sin parar. ¡Disfruta de su variedad de colores y recuerda comer varias piezas al día!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Dia susceptible de festivo, consulta con tu centro.
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Dia menú temático