



MENÚ DICIEMBRE 2025 BASAL



1 745 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 22 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE SOPA CASTELLANA 12 FILETE DE LOMO DE CERDO BRESEADO FRUTA DE TEMPORADA	2 620 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 15 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURA ECOLÓGICA FILETE DE PALOMETA CON TOMATE CASERO 4 LACTEO 7	3 640 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 19 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS ESTOFADO DE VERDURAS CON PATATA 12 SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA FRUTA DE TEMPORADA	4 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS GARBANZOS ECOLÓGICOS ESTOFADOS CON VER- DURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	5 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON CE- BOLLA CARAMELIZADA 4 FRUTA DE TEMPORADA
8 FESTIVO	9 790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA ANDALUZA CON GUISANTES 4 LACTEO 7	10 630 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 17 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE CALABACÍN 3 FRUTA DE TEMPORADA	11 635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA ESTOFADO DE VERDURAS CON PATATA 12 FILETE DE BACALAILLA EN SALSA MERY CON VER- DURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	12 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA SOPA MINISTRONE DE VERDURA POLLO AL HORNO ASADO EN SU JUGO CON PATATA 12 LACTEO 7
15 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 CABEZADA DE CERDO ASADA CON SALSA DE TOMATE CASERA 12 FRUTA DE TEMPORADA	16 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA 3 LACTEO 7	17 715 Kcal. P.: 28 HC.: 40 L.: 22 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 MARMITAKO DE SALMÓN 4,12 MEDALLÓN DE REDONDO DE PAVO SOBRE LECHO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	18 640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE CARBONARA 1,3 FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON VER- DURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	19 625 Kcal P.: 23 HC.: 34 L.: 16 GASTRONOMÍA HINDÚ ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE, OLIVAS CHANA MASALA (GARBANZOS CON VERDURAS AL CURRY) POLLO TANDORI KHEER 7 (ARROZ CON LECHE)
22 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA COCIDO 12 ALBONDIGAS EN SALSA POSTRE ESPECIAL	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26 VACACIONES
29 VACACIONES	30 VACACIONES	31 VACACIONES		



MENÚ DICIEMBRE 2025 SIN FRUTOS SECOS



1 745 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 22 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ SOPA CASTELLANA CON FIDEOS 1,3 FILETE DE LOMO DE CERDO BRESEADO FRUTA DE TEMPORADA	2 620 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 15 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURA ECOLÓGICA FILETE DE PALOMETA CON TOMATE CASERO 4 LACTEO 7	3 640 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 19 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS MACARRONES AL PESTO CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICA CON ATÚN 1,4,3 SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA FRUTA DE TEMPORADA	4 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS GARBANZOS ECOLÓGICOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	5 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON CEBOLLA CARAMELIZADA 4 FRUTA DE TEMPORADA
8 FESTIVO	9 790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA ANDALUZA CON GUISANTES 4 LACTEO 7	10 630 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 17 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE CALABACÍN 3 FRUTA DE TEMPORADA	11 635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA ESPIRALES DE COLORES A LA PUTTANESCA 1,3 FILETE DE BACALAILLA EN SALSA MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	12 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA SOPA MINISTRONE DE VERDURA POLLO AL HORNO ASADO EN SU JUGO CON PATATA 12 LACTEO 7
15 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 CABEZADA DE CERDO ASADA CON SALSA DE TOMATE CASERA 12 FRUTA DE TEMPORADA	16 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA 3 LACTEO 7	17 715 Kcal. P.: 28 HC.: 40 L.: 22 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 MARMITAKO DE SALMÓN 4,12 MEDALLÓN DE REDONDO DE PAVO SOBRE LECHO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	18 640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE CARBONARA 1,3 FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	19 625 Kcal P: 23 HC : 34 L : 16 GASTRONOMÍA HINDÚ ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE, OLIVAS Y ARROZ BASMATI (ENSALADA BIRYANI) CHANA MASALA (GARBANZOS CON VERDURAS AL CURRY) POLLO TANDORI KHEER 7 (ARROZ CON LECHE)
22 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA COCIDO 12 ALBONDIGAS EN SALSA POSTRE ESPECIAL	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26 VACACIONES
29 VACACIONES	30 VACACIONES	31 VACACIONES		



MENÚ DICIEMBRE 2025 INTOLERANCIA LACTOSA



1	745 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 22	2	620 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 15	3	640 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 19	4	605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13	5	600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS		ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y MAIZ	
SOPA CASTELLANA CON FIDEOS 1,3		ARROZ CON VERDURA ECOLÓGICA		MACARRONES INTEGRALES AL PESTO CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICA 1,3		GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12		CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12	
FILETE DE LOMO DE CERDO BRESEADO		FILETE DE PALOMETA CON TOMATE CASERO 4		PALOMETA A LA BILBAINA 4		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3		FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON CE- BOLLA CARAMELIZADA 4	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
8		9	790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22	10	630 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 17	11	635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16	12	710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18
FESTIVO		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	
		ARROZ CON COSTRA DE VERDURA 3		ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12		ESPIRALES DE COLORES A LA PUTTANESCA 1,3		SOPA DE VERDURA CON FIDEOS 1,3	
		VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA ANDALUZA CON GUIANTES 4		TORTILLA DE CALABACÍN 3		FILETE DE BACALAILLA EN SALSA MERY CON VER- DURAS 4		POLLO AL HORNO ASADO EN SU JUGO CON PATATA 12	
		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
15	600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14	16	605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13	17	715 Kcal. P.: 28 HC.: 40 L.: 22	18	640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18	19	625 Kcal P: 23 HC : 34 L : 16
ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA		GASTRONOMÍA HINDÚ ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE, OLIVAS Y ARROZ BASMATI (ENSALADA BIRYANI)	
CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12		LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12		MARMITAKO DE SALMÓN 4,12		MACARRONES CON SALSA DE TOMATE CASERA 1,3		CHANA MASALA (GARBANZOS CON VERDURAS AL CURRY)	
LOMO DE CERDO ASADO CON PATATA Y SALSA DE TOMATE CASERA 12		TORTILLA DE PATATA 3		MEDALLÓN DE REDONDO DE PAVO SOBRE LECHO DE VERDURAS		FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON VER- DURAS 4		POLLO TANDORI	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		POSTRE ESPECIAL	
22	710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18	23		24		25		26	
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA		VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES	
COCIDO 12									
ALBONDIGAS DE AVE EN SALSA									
POSTRE ESPECIAL									
29		30		31					
VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES					

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN INTEGRAL (LUNES Y VIERNES) Y PAN BLANCO (MARTES,MIÉRCOLES,JUEVES) y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)