



MENÚ DICIEMBRE 2025



Tipo de plato	1 LUNES	2 MARTES	3 MIÉRCOLES	4 JUEVES	5 VIERNES
Primer plato	Pasta (espirales) a la carbonara (1, 10, 13)	Garbanzos con bacalao y verduras (4)	Sopa de cocido (1, 12)	Arroz con verduras (12)	Judía verde con patatas
Segundo plato	Centro de merluza a la Agustina (4)	Huevos al horno con salsa de Tomate (5)	Magro empanado (5,1)	Palometa en salsa verde (4)	Contra muslo de pollo asado
Guarnición	Salsa: tomate, cebolla, puerro y champiñones	Salsa: ajo, cebolla y puerro	Ensalada: Lechuga y maíz (14)	Ensalada: lechuga y maíz (14)	Ensalada: lechuga (14)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural o fruta (13)
Pan(1)	Blanco	Integral	Blanco	Blanco	Blanco
Propuesta de Cena	<i>Tortilla de calabacín y ensalada de pepino y tomate, fruta y pan</i>	<i>Crema de calabaza y croquetas de pollo, lácteo y pan</i>	Hamburguesa de legumbre, lácteo y pan	Puré de calabaza con pollo a la plancha, lácteo y pan	Sopa de pescado, lácteo y pan

La verdura de temporada: acelga, borraja, col de hoja, coliflor, brócoli. Todos los platos están cocinados con aceite olivo de las ensaladas como de las guarniciones pueden verse modificados según la temporada.

Alérgenos: 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Aníjo 13- leche y derivados 14- Sulfitos



MENÚ DICIEMBRE 2025



Nombre de plato	8 LUNES	9 MARTES	10 MIÉRCOLES	11 JUEVES	12 VIERNES
Primer plato	FESTIVO	Crema de puerro y patata	Lentejas con verduras y arroz integral (1)	Verdura de temporada con patatas	Arroz con pollo al curry (1,7,12)
Segundo plato		Albóndigas de pollo salsa de tomate	Huevos al horno con salsa Agustina (5)	Estofado de ternera a la jardinera	Bacalao a la riojana (4)
Guarnición		Salsa: puerro, cebolla y tomate	Ensalada: Lechuga (14)	Patata dado cebolla, puerro y zanahoria	Ensalada: Lechuga (14)
Postre		Fruta	Fruta	Yogur natural o fruta (13)	Fruta
Pan(1)		Blanco	Integral	Blanco	Blanco
Propuesta de Cena		Emperador a la plancha con ensalada, lácteo y pan	Crema de calabacín y pollo a la plancha, lácteo y pan	Filete de ternera a la plancha con ensalada, fruta y pan	Sopa de pescado, lácteo y pan

La verdura de temporada: acelga, borraja, col de hoja, coliflor, brócoli. Todos los platos están cocinados con aceite oliva. Los ingredientes de las ensaladas como de las guarniciones pueden verse modificados según la temporada.

Alérgenos: 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos





MENÚ DICIEMBRE 2025



Tipo de plato	15 LUNES	16 MARTES	17 MIÉRCOLES	18 JUEVES	19 VIERNES
Primer plato	Espinacas con patatas	Sopa de verduras (1)	Alubias blancas con tomate natural a dados y orégano	Arroz a la campesina (10,12) (champiñón, maíz, cebolla y puerro)	Macarrones con tomate y queso (1,13)
Segundo plato	Salmón a las finas hierbas(4) (cebolla, puerro, zanahoria y eneldo)	Pavo estofado con calabacín	Tortilla con longaniza (5,13)	Filete de merluza a la andaluza(1,4)	Lomo adobado con pimentón
Guarnición	Zanahoria, guisantes y patata	Patata dado	Ensalada: lechuga y maíz (14)	Ensalada: lechuga y tomate (14)	Ensalada: lechuga (14)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur o fruta (13)	Postre especial
Pan(1)	Blanco	Integral	Blanco	Blanco	Blanco
Propuesta de Cena	<i>Pollo al horno con verduras, fruta y pan</i>	<i>Pescadilla al vapor con verduras, lácteo y pan</i>	<i>Arroz blanco y pescado a la plancha, lácteo y pan</i>	<i>Broqueta de pollo y verduras, lácteo y pan</i>	<i>Verduras asadas y con pescado a la plancha, lácteo y pan</i>

La verdura de temporada: acelga, borraja, col de hoja, coliflor, brócoli. Todos los platos están cocinados con aceite oliva. Los ingredientes de las ensaladas como de las guarniciones pueden verse modificados según la temporada.

Alérgenos: 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos



VALORACIÓN NUTRICIONAL MENÚ DICIEMBRE 2025 - De 3 a 8 años



	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
1er Plato; Kcal	275	234	135	224	151
2º Plato; Kcal	138	182	256	162	147
Guarnición,Kcal	35	25	43	50	65
Pan,Kcal	70	69	70	70	70
Postre , Kcal	71	71	71	71	112
Total, Kcal	589	581	575	577	545
Proteinas %	21	23	22	21	22
Lipidos %	28	27	29	27	27
Hidratos de carbono %	51	50	49	52	51
	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
1er Plato; Kcal		234	259	136	162
2º Plato; Kcal		199	158	158	292
Guarnición,Kcal		25	25	90	
Pan,Kcal		69	70	69	70
Postre , Kcal	FESTIVO	71	71	112	71
Total, Kcal		598	583	565	595
Proteinas %		23	22	22	21
Lipidos %		27	26	28	29
Hidratos de carbono %		50	52	50	50
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
1er Plato; Kcal	140	127	177	270	236
2º Plato; Kcal	223	209	232	164	182
Guarnición,Kcal	71	99	30	25	
Pan,Kcal	70	69	70	69	70
Postre , Kcal	71	71	71	71	150
Total, Kcal	575	575	580	599	638
Proteinas %	22	21	23	21	20
Lipidos %	28	29	28	27	30
Hidratos de carbono %	50	50	49	52	50

VALORACIÓN NUTRICIONAL MENÚ DICIEMBRE 2025 -De 9 a 13 años



	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
1er Plato; Kcal	358	304	176	291	196
2º Plato; Kcal	179	237	333	211	191
Guarnición,Kcal	46	33	56	65	85
Pan,Kcal	90	89	90	90	90
Postre , Kcal	91	91	91	91	112
Total, Kcal	764	754	746	748	674
Proteinas %	21	23	22	21	22
Lipidos %	28	27	29	27	27
Hidratos de carbono %	51	50	49	52	51
	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
1er Plato; Kcal		304	337	177	211
2º Plato; Kcal		259	205	205	380
Guarnición,Kcal		33	33	117	
Pan,Kcal		89	90	90	90
Postre , Kcal	FESTIVO	91	91	112	91
Total, Kcal		776	756	701	772
Proteinas %		23	22	22	21
Lipidos %		27	26	28	29
Hidratos de carbono %		50	52	50	50
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
1er Plato; Kcal	182	165	230	351	307
2º Plato; Kcal	290	272	302	213	237
Guarnición,Kcal	92	129	39	33	
Pan,Kcal	90	89	90	90	90
Postre , Kcal	91	91	91	91	195
Total, Kcal	745	746	752	778	829
Proteinas %	22	21	23	21	20
Lipidos %	28	29	28	27	30
Hidratos de carbono %	50	50	49	52	50