



| | | | | | | | | | | | |
|----|--|---|---|----|---|---------------|--|----|--|-------|-----|
| 2 | ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 3 | LENTEJAS ESTOFADAS RAGOUT CON GUI SANTES FRUTA PAN | 4 | CODITOS GRATINADOS (sin gluten) MERLUZA CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 5 | CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA PAN | 6 | SOPA DE COCIDO (pasta sin gluten) COCIDO COMPLETO (sin chorizo) YOGUR PAN | KCAL: | 758 |
| 9 | ACELGAS CON PATATAS LOMO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 | MACARRONES AL QUESO (sin gluten) HUEVOS COCIDOS CON TOMATE FRUTA PAN | 11 | SOPA CAMPESINA PESCADO HORNO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN | 12 | Jornada Hindú DALH DE LENTEJAS POLLO TIKKA MASALA LASSI PAN | 13 | ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE LENGUADO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: | 731 |
| 16 | ESPAGUETIS GRATINADOS (sin gluten) CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 17 | ARROZ MILANESA ABADEJO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 18 | PURÉ DE VERDURAS JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE PAN | 19 | SOPA DE COCIDO (pasta sin gluten) COCIDO COMPLETO (sin chorizo) FRUTA PAN | 20 | PATATAS MARINERAS TORTILLA DE CALABACÍN CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: | 702 |
| 23 | LENTEJAS ESTOFADAS MERO EN SALSA CON GUI SANTES FRUTA Y LECHE PAN | 24 | ESPIRALES CON TOMATE (sin gluten) TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 25 | ARROZ CON VERDURAS HAMBURGUESA CASERA CON ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 26 | JUDÍAS VERDES REHOGADAS SALCHICHAS DE POLLO CON PURÉ DE PATATAS FRUTA PAN | 27 | JUDÍAS BLANCAS GALLO SALSA CON LECHUGA YOGUR PAN | KCAL: | 711 |
| 30 | SOPA JULIANA MAGRO ESTOFADO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN | <p>Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños: www.elgustodecrecer.es</p> | | | | KCAL: | 701 | | | | |
| | | | | | | Hidratos (g) | 99 | | | | |
| | | | | | | Lípidos (g) | 28 | | | | |
| | | | | | | Proteínas (g) | 31 | | | | |



| | | | | | | | | | | | |
|----|--|---|---|--|---|--|---|--|---|-------|-----|
| | 1 | ARROZ TRES DELICIAS LENGUADO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN | 2 | CODITOS ITALIANA (sin gluten) TORTILLA FRANCESA CON LONCHA DE JAMÓN FRUTA Y LECHE PAN | 3 | SOPA DE COCIDO (patatas sin gluten) COCIDO COMPLETO (sin chorizo) FRUTA PAN | 4 | CREMA DE VERDURA ABADEJO CON PATATAS HORNO YOGUR PAN | KCAL: | 700 | |
| 7 | FIESTA | 8 | FIESTA | 9 | ESPIRALES CON TOMATE (sin gluten) LOMO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 | JUDÍAS PINTAS FILETE DE MERLUZA CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN | 11 | CREMA DE CALABACÍN ALBÓNDIGAS CON PATATAS DADO YOGUR PAN | KCAL: | 715 |
| 14 | LENTEJAS CON ARROZ FILETE DE GALLO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA Y LECHE PAN | 15 | ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON VERDURAS FRUTA PAN | 16 | PATATAS MARINERA CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 17 | JUDÍAS VERDES REHOGADAS ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ SALTEADO FRUTA PAN | 18 | SOPA DE COCIDO (patatas sin gluten) COCIDO COMPLETO (sin chorizos) POSTRE LÁCTEO PAN | KCAL: | 712 |
| 21 | MACARRONES CON TOMATE (sin gluten) TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 22 | COMIDA ESPECIAL NAVIDAD | 23 | | 24 | | 25 | | KCAL: | 786 |
| | | | | | | | | | Hidratos (g) | 99 | |
| | | | | | | | | | Lípidos (g) | 30 | |
| | | | | | | | | | Proteínas (g) | 29 | |





noviembre

ALÉRGICOS AL HUEVO

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| 2 ARROZ CON TOMATE BACALAO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 3 LENTEJAS ESTOFADAS RAGOUT CON GUISANTES FRUTA PAN | 4 CODITOS GRATINADOS MERLUZA CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 5 CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA PAN | 6 SOPA DE COCIDO (con fideos sin huevo) COCIDO COMPLETO YOGUR PAN | KCAL: 758 Hidratos (g) 98 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 33 |
| 9 ACELGAS CON PATATAS LOMO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 MACARRONES AL QUESO (sin huevo) TERNERA EN SALSA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 11 SOPA CAMPESINA PESCADO AL HORNO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN | 12 Jomada Hindú DALH DE LENTEJAS POLLO TIKKA MASALA LASSI PAN | 13 ARROZ TRES DELICIAS (sin huevo) FILETE DE LENGUADO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: 731 Hidratos (g) 102 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 32 |
| 16 ESPAGUETIS GRATINADOS (sin huevo) CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 17 ARROZ MILANESA ABADEJO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 18 PURÉ DE VERDURAS JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE PAN | 19 SOPA DE COCIDO (con fideos sin huevo) COCIDO COMPLETO (sin chorizo) FRUTA PAN | 20 PATATAS MARINERAS MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: 702 Hidratos (g) 81 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 23 LENTEJAS ESTOFADAS MERO EN SALSA CON GUISANTES FRUTA Y LECHE PAN | 24 ESPIRALES CON TOMATE (sin huevo) FILETE DE LOMO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 25 ARROZ CON VERDURAS HAMBURGUESA CASERA CON ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 26 JUDIAS VERDES REHOGADAS SALCHICHAS DE POLLO CON PURÉ DE PATATAS FRUTA PAN | 27 JUDÍAS BLANCAS GALLO SALSA CON LECHUGA YOGUR PAN | KCAL: 711 Hidratos (g) 97 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 30 SOPA JULIANA MAGRO ESTOFADO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN |  <p>Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños: www.elgustodecrecer.es</p> | | | KCAL: 701 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 31 | |



diciembre

ALÉRGICOS AL HUEVO

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|
| 1 ARROZ TRES DELICIAS LENGUADO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN | 2 CODITOS ITALIANA (sin huevo) MAGRO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 3 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA PAN | 4 CREMA DE VERDURA ABADEJO CON PATATAS AL HORNO YOGUR PAN | KCAL: 700 Hidratos (g) 88 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 29 | |
| 7 FIESTA | 8 FIESTA | 9 ESPIRALES CON TOMATE (sin huevo) LOMO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 JUDIAS PINTAS FILETE DE MERLUZA CON MAHONESA FRUTA PAN | 11 CREMA DE CALABACÍN ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS DADO YOGUR PAN | KCAL: 715 Hidratos (g) 95 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 14 LENTEJAS CON ARROZ FILETE DE GALLO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA Y LECHE PAN | 15 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON VERDURA FRUTA PAN | 16 PATATAS MARINERA CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 17 JUDÍAS VERDES REHOGADAS ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ SALTEADO FRUTA PAN | 18 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO POSTRE LÁCTEO PAN | KCAL: 712 Hidratos (g) 92 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 21 MACARRONES AL QUESO (sin huevo) BACALAO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD | 23 | 24 | 25 | KCAL: 786 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 29 |



Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños:

www.elgustodecrecer.es



noviembre

ALÉRGICOS AL PESCADO

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| 2 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON CHISTORRA FRUTA Y LECHE PAN | 3 LENTEJAS ESTOFADAS RAGOUT CON GUIANTES FRUTA PAN | 4 CODITOS GRATINADOS MAGRO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 5 CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA PAN | 6 SOPA DE COCIDO CODITO COMPLETO YOGUR PAN | KCAL: 758 Hidratos (g) 98 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 33 |
| 9 ACELGAS CON PATATAS ESCALOPE CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 MACARRONES AL QUESO HUEVOS A LA CREMA FRUTA PAN | 11 SOPA CAMPESINA TERNERA SALSA PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN | 12 Jomada Hindú DALH DE LENTEJAS POLLO TIKKA MASALA LASSI PAN | 13 ARROZ TRES DELICIAS CROQUETAS DE JAMÓN CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: 731 Hidratos (g) 102 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 32 |
| 16 ESPAGUETIS GRATINADOS CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 17 ARROZ MILANESA ALBÓNDIGAS CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 18 PURÉ DE VERDURAS JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE PAN | 19 SOPA DE POLLO CODITO COMPLETO FRUTA PAN | 20 PATATAS ESTOFADAS TORTILLA DECALABACÍN CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | P KCAL: 702 Hidratos (g) 81 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 23 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE LOMO CON GUIANTES FRUTA Y LECHE PAN | 24 ESPIRALES CON TOMATE TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 25 ARROZ CON VERDURAS FILETE RUSO CON ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 26 JUDÍAS VERDES REHOGADAS SALCHICHAS DE POLLO CON PURÉ DE PATATAS FRUTA PAN | 27 JUDÍAS BLANCAS PAVO SALSA CON LECHUGA YOGUR PAN | KCAL: 711 Hidratos (g) 97 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 30 SOPA JULIANA MAGRO ESTOFADO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN |  <p>Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños: www.elgustodecrecer.es</p> | | | | KCAL: 701 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 31 |



diciembre

ALÉRGICOS AL PESCADO

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| | 1 ARROZ TRES DELICIAS CROQUETAS JAMÓN CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN | 2 CODITOS CARBONARA TORTILLA FRANCESA CON LONCHA DE JAMÓN FRUTA Y LECHE PAN | 3 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA PAN | 4 CREMA DE VERDURA MAGRO CON PATATAS AL HORNO YOGUR PAN | KCAL: 700 Hidratos (g) 88 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 29 |
| 7 FIESTA | 8 FIESTA | 9 ESPIRALES CON TOMATE SAN JACOBO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 JUDÍAS PINTAS PAVO SALSA CON MAHONESA FRUTA PAN | 11 CREMA DE CALABACÍN ALBÓNDIGAS CON PATATAS DADO YOGUR PAN | KCAL: 715 Hidratos (g) 95 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 14 LENTEJAS CON ARROZ TERNERA SALSA CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA Y LECHE PAN | 15 ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO CON VERDURAS FRUTA PAN | 16 PATATAS ESTOFADAS CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 17 JUDÍAS VERDES REHOGADA ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ SALTEADO FRUTA PAN | 18 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO POSTRE LÁCTEO PAN | KCAL: 712 Hidratos (g) 92 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 21 MACARRONES AL QUESO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD | 23 | 24 | 25 | KCAL: 786 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 29 |



Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños:

www.elgustodecrecer.es



noviembre

ALÉRGICO A LAS LEGUMBRES

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| 2 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON CHISTORRA FRUTA Y LECHE PAN | 3 PATATAS ESTOFADAS RAGOUT CON LECHUGA FRUTA PAN | 4 FIDEUA MERLUZA CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 5 CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA PAN | 6 SOPA DE ESTRELLAS BACALAO CON LECHUGA Y ZANAHORIA YOGUR PAN | KCAL: 758 Hidratos (g) 98 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 33 |
| 9 ACELGAS CON PATATAS ESCALOPE CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 MACARRONES AL QUESO HUEVOS A LA CREMA FRUTA PAN | 11 SOPA CAMPESINA DELICIAS DE PESCADO PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN | 12 CREMA DE CALABAZA POLLO TIKKA MASALA LASSI PAN | 13 ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE LENGUADO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: 731 Hidratos (g) 102 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 32 |
| 16 ESPAGUETIS GRATINADOS CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 17 ARROZ MILANESA ABADEJO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 18 PURÉ DE VERDURAS JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE PAN | 19 SOPA DE POLLO MERLUZA HORNO CON LECHUGA FRUTA PAN | 20 PATATAS MARINERAS TORTILLA DE ATÚN CON LECHUGA Y MAÍZ YOGUR PAN | KCAL: 702 Hidratos (g) 81 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 23 CREMA DE ZANAHORIA MERO EN SALSA CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 24 ESPIRALES CON TOMATE TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 25 ARROZ CON VERDURAS FILETE RUSO CON ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 26 SOPA DE AVE SALCHICHAS DE POLLO CON PURE DE PATATAS FRUTA PAN | 27 PATATAS CON CARNE GALLO SALSA CON LECHUGA YOGUR PAN | KCAL: 711 Hidratos (g) 97 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 30 SOPA JULIANA MAGRO ESTOFADO CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE PAN |  <p>Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños: www.elgustodecrecer.es</p> | | | | KCAL: 701 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 31 |



diciembre

ALÉRGICO A LAS LEGUMBRES

Menú elaborado por el departamento de nutrición de ARAMARK



| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| | 1 ARROZ TRES DELICIAS LENGUADO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN | 2 CODITOS CARBONARA TORTILLA FRANCESA CON LONCHA DE JAMÓN FRUTA Y LECHE PAN | 3 SOPA DE ESTRELLAS CROQUETAS DE JAMÓN CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA PAN | 4 CREMA DE VERDURA ABADEJO CON PATATAS AL HORNO YOGUR PAN | KCAL: 700 Hidratos (g) 88 Lípidos (g) 28 Proteínas (g) 29 |
| 7 FIESTA | 8 FIESTA | 9 ESPIRALES CON TOMATE SAN JACOBO CON LECHUGA FRUTA Y LECHE PAN | 10 ARROZ CON TOMATE FILETE DE MERLUZA CON MAHONESA FRUTA PAN | 11 CREMA DE CALABACÍN ALBÓNDIGAS CON PATATAS DADO YOGUR PAN | KCAL: 715 Hidratos (g) 95 Lípidos (g) 29 Proteínas (g) 30 |
| 14 CREMA DE CALABAZA FILETE DE GALLO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA Y LECHE PAN | 15 FIDEUA SALCHICHAS DE PAVO CON VERDURAS FRUTA PAN | 16 PATATAS MARINERA CINTA DE LOMO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE PAN | 17 ACELGAS CON PATATAS ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ SALTEADO FRUTA PAN | 18 SOPA JULIANA BACALAO CON TOMATE POSTRE LÁCTEO PAN | KCAL: 712 Hidratos (g) 92 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 31 |
| 21 MACARRONES AL QUESO TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA Y LECHE PAN | 22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD | 23 | 24 | 25 | KCAL: 786 Hidratos (g) 99 Lípidos (g) 30 Proteínas (g) 29 |



Conoce la respuesta de nuestros expertos en pedagogía sobre las dudas más frecuentes sobre nuestros pequeños:

www.elgustodecrecer.es