

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan (sin gluten)	4 Espinacas salteadas Pollo guisado con verduras Yogur y pan (sin gluten)	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con patatas al romero Fruta y pan (sin gluten)	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	7 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2737/655 GT: 21 GS: 6 HC: 86 AZ: 20 PROT: 37 SAL: 2
10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	11 Pasta (sin gluten) gratinada Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan (sin gluten)	12 Alubias estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	14 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3210/768 GT: 28 GS: 6 HC: 91 AZ: 22 PROT: 43 SAL: 2
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten)	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan (sin gluten)	20 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan (sin gluten)	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3168/758 GT: 26 GS: 7 HC: 106 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
24 Crema de verduras Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten)	25 Garbanzos estofados Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan (sin gluten)	26 Pasta (sin gluten) gratinada Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	27 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan (sin gluten)	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3033/726 GT: 29 GS: 8 HC: 92 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Diabetico 7 Raciones					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan integral	4 Espinacas salteadas Pollo guisado con verduras Yogur natural y pan integral	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con ensalada Fruta y pan integral	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	7 Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de tomate Fruta y pan integral	VE: 2561/613 GT: 17 GS: 4 HC: 83 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	11 Espirales gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur natural y pan integral	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con brócoli salteado Fruta y pan integral	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan integral	14 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan integral	VE: 2830/677 GT: 18 GS: 3 HC: 88 AZ: 24 PROT: 43 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con ensalada Fruta y pan integral	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur natural y pan integral	19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan integral	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan integral	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	VE: 2969/710 GT: 22 GS: 5 HC: 101 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema parmentier Abadejo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan integral	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con ensalada Yogur natural y pan integral	26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	27 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur natural y pan integral	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	VE: 2775/664 GT: 22 GS: 5 HC: 87 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Guisantes salteados Fruta y pan	4 Crema de espinacas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	5 Ensalada completa Alubias estofadas con verduras Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de fideos Garbanzos salteados Fruta y pan	VE: 2367/566 GT: 11 GS: 2 HC: 94 AZ: 23 PROT: 24 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Crema de legumbres Yogur y pan	12 Ensalada completa Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan	13 Crema de calabacín Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Ensalada completa Garbanzos estofados Fruta y pan	VE: 2728/653 GT: 15 GS: 3 HC: 96 AZ: 27 PROT: 25 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Guisantes salteados con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan	20 Sopa de fideos Garbanzos salteados Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2726/652 GT: 12 GS: 2 HC: 113 AZ: 25 PROT: 26 SAL: 1
24 Crema parmentier Tortilla francesa con salteado de verduras Fruta y pan	25 Ensalada completa Lentejas estofadas con verduras Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de fideos Garbanzos salteados Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Alubias pintas estofadas Fruta y pan	VE: 2634/630 GT: 15 GS: 3 HC: 97 AZ: 26 PROT: 27 SAL: 1

No Carne

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Filete de merluza al horno con verduras Yogur y pan	5 Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón al horno con parmentier de patata al romero Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de fideos Garbanzos salteados Fruta y pan	VE: 2438/583 GT: 11 GS: 2 HC: 91 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Abadejo a la romana con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con pisto Fruta y pan	VE: 3418/818 GT: 35 GS: 5 HC: 94 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de fideos Garbanzos salteados Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2845/681 GT: 18 GS: 3 HC: 102 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Ensalada completa Lentejas estofadas con verduras Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de fideos Garbanzos salteados Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2548/610 GT: 14 GS: 3 HC: 90 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 1

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón al horno con parmentier de patata al romero Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo (sin cerdo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2682/642 GT: 15 GS: 4 HC: 90 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 2
10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Pavo a la plancha con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con pisto Fruta y pan	VE: 3244/776 GT: 25 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo (sin cerdo) con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3106/743 GT: 21 GS: 5 HC: 108 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido Cocido completo (sin cerdo) con repollo salteado Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2815/673 GT: 19 GS: 5 HC: 90 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón al horno con parmentier de patata al romero Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2708/648 GT: 16 GS: 4 HC: 92 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con pisto Fruta y pan	VE: 3301/790 GT: 26 GS: 4 HC: 95 AZ: 24 PROT: 42 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3102/742 GT: 21 GS: 5 HC: 108 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2894/692 GT: 21 GS: 5 HC: 91 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Sin Huevo, Sin Legumbres, Sin Piel de Fruta, Rosaceas					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Patatas estofadas Salmón al horno con patatas panaderas Fruta y pan	6 Crema de verduras Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2578/617 GT: 15 GS: 4 HC: 85 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
10 Crema de verduras Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Pasta (sin huevo) gratinada Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Patatas estofadas Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Sopa de pasta (sin huevo) Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan	VE: 2797/669 GT: 22 GS: 4 HC: 80 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 2
17 Crema de zanahoria Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Patatas estofadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2866/686 GT: 20 GS: 4 HC: 97 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Pasta (sin huevo) gratinada Estofado de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	28 Crema de verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2764/661 GT: 21 GS: 5 HC: 88 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 2

Sin Huevo

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Espinacas salteadas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con patatas panaderas Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2758/660 GT: 17 GS: 4 HC: 88 AZ: 20 PROT: 41 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Pasta (sin huevo) gratinada Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan	VE: 2983/714 GT: 21 GS: 3 HC: 91 AZ: 24 PROT: 41 SAL: 2
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3070/734 GT: 20 GS: 4 HC: 107 AZ: 24 PROT: 40 SAL: 1
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Pasta (sin huevo) gratinada Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2904/695 GT: 23 GS: 6 HC: 91 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Espinacas salteadas Pollo guisado con verduras Yogur de soja y pan	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con patatas panaderas Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2710/648 GT: 16 GS: 3 HC: 87 AZ: 18 PROT: 39 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espirales con tomate Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur de soja y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan	14 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan	VE: 3070/734 GT: 20 GS: 2 HC: 94 AZ: 19 PROT: 44 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan	19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur de soja y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3080/737 GT: 20 GS: 3 HC: 107 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema de verduras Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur de soja y pan	26 Espaguetis con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur de soja y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2868/686 GT: 21 GS: 4 HC: 93 AZ: 20 PROT: 36 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Sin legumbres, Sin Pescado					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Patatas estofadas Pavo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	6 Crema de verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2699/646 GT: 19 GS: 4 HC: 86 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 1
10 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Pavo a la plancha con brócoli salteado Yogur y pan	12 Patatas estofadas Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Sopa de fideos Lomo a la plancha con pisto Fruta y pan	VE: 2742/656 GT: 20 GS: 4 HC: 80 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Pavo a la plancha con arroz salteado Fruta y pan	18 Patatas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2692/644 GT: 16 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 1
24 Crema parmentier Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	25 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	28 Crema de verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2761/661 GT: 20 GS: 5 HC: 87 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 1

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Patatas estofadas Gratinado de salmón al horno con parmentier de patata al romero Fruta y pan	6 Crema de verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2484/594 GT: 14 GS: 3 HC: 84 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2
10 Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan	12 Patatas estofadas Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Sopa de fideos Delicias de bacalao con pisto Fruta y pan	VE: 3032/725 GT: 25 GS: 4 HC: 84 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Patatas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2882/689 GT: 19 GS: 4 HC: 102 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 2
24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	25 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Yogur y pan	28 Crema de verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2745/657 GT: 19 GS: 5 HC: 87 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2

Sin Pescado

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha Fruta y pan	4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan	5 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2923/699 GT: 20 GS: 5 HC: 94 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 1
10 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espiraes gratinados Pavo a la plancha con brócoli salteado Yogur y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Lomo a la plancha con pisto Fruta y pan	VE: 3011/720 GT: 21 GS: 4 HC: 91 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Pavo a la plancha con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	19 Arroz tres delicias Lomo a la plancha con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2912/697 GT: 18 GS: 5 HC: 105 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
24 Crema parmentier Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan	26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	28 Salteado de judías verdes Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2911/696 GT: 22 GS: 6 HC: 91 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Bajo en Grasas					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan	4 Espinacas salteadas Pollo guisado con verduras Yogur desnatado y pan	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con patatas al vapor Fruta y pan	6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2652/634 GT: 15 GS: 3 HC: 87 AZ: 20 PROT: 40 SAL: 2
10 Salteado de judías verdes Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Espirales salteados - Caballa al horno con brócoli salteado Yogur desnatado y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas al vapor Fruta y pan	13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan	14 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan	VE: 2899/694 GT: 17 GS: 3 HC: 95 AZ: 20 PROT: 41 SAL: 1
17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado y pan	19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3080/737 GT: 20 GS: 4 HC: 108 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema de verduras Abadejo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas al vapor Yogur desnatado y pan	26 Espaguetis salteados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	27 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Yogur desnatado y pan	28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2705/647 GT: 20 GS: 4 HC: 88 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2