

Sin Gluten

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan (sin gluten)

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan (sin gluten)

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan (sin gluten)

VE: 2921/699
GT: 22
GS: 6
HC: 98
AZ: 22
PROT: 32
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan (sin gluten)

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan (sin gluten)

8

Coliflor salteada
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

9

Sopa de cocido (sin gluten)
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan (sin gluten)

10

Pasta (sin gluten) con tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan (sin gluten)

VE: 3214/769
GT: 32
GS: 8
HC: 95
AZ: 25
PROT: 33
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Pasta (sin gluten) napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan (sin gluten)

15

Garbanzos estofados
Abadejo al horno con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan (sin gluten)

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan (sin gluten)

17

Guisantes salteados
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan (sin gluten)

VE: 3048/729
GT: 21
GS: 5
HC: 101
AZ: 24
PROT: 39
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
- Pollo asado con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta y pan (sin gluten)

21

Arroz tres delicias
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan (sin gluten)

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

23

Sopa de cocido (sin gluten)
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan (sin gluten)

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan (sin gluten)

VE: 3290/787
GT: 32
GS: 7
HC: 106
AZ: 28
PROT: 37
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan (sin gluten)

28

Alubias pintas estofadas
Limanda al horno con pisto
Fruta y pan (sin gluten)

29

Macarrones (sin gluten)
napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

30

- Lentejas estofadas
Filete de merluza al horno con
pisto
- Yogur y pan (sin gluten)

31

NO LECTIVO

VE: 3037/726
GT: 25
GS: 5
HC: 96
AZ: 23
PROT: 38
SAL: 2

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Diabetico 7 Raciones		1 Garbanzos estofados Pollo asado al romero con - brócoli salteado Fruta y - Pan integral	2 - Paella de verduras Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria - Yogur y - Pan integral	3 - Crema de verduras Lomo al ajillo con ensalada Fruta y - Pan integral	VE: 2374/568 GT: 17 GS: 4 HC: 79 AZ: 20 PROT: 30 SAL: 1
6 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Albóndigas en salsa con calabacín salteado Fruta y - Pan integral	7 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y - Pan integral	8 Coliflor salteada Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y - Pan integral	9 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado - Yogur y - Pan integral	10 Coditos con salsa de tomate - Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y - Pan integral	VE: 2564/613 GT: 23 GS: 6 HC: 75 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
13 NO LECTIVO	14 Espirales a la napolitana Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y - Pan integral	15 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y - Pan integral	16 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate - Yogur y - Pan integral	17 - Lentejas estofadas Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y - Pan integral	VE: 2632/630 GT: 18 GS: 3 HC: 83 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 1
20 Salteado de acelgas con patatas - Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y - Pan integral	21 Arroz tres delicias - Caballa al horno con salsa de zanahoria Fruta y - Pan integral	22 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y - Pan integral	23 Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de tomate - Yogur y - Pan integral	24 - Crema de zanahoria y manzana Abadejo a la donostiarra con ensalada Fruta y - Pan integral	VE: 2571/615 GT: 23 GS: 5 HC: 85 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2
27 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y - Pan integral	28 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la plancha con salteado de verduras Fruta y - Pan integral	29 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y - Pan integral	30 - Lentejas estofadas Filete de merluza al horno con ensalada - Yogur y - Pan integral	31 NO LECTIVO	VE: 2419/579 GT: 18 GS: 4 HC: 74 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Ensalada completa
Garbanzos estofados
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Crema de legumbres
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Tortilla francesa de queso con
patatas asadas
Fruta y pan

VE: 2891/692
GT: 11
GS: 2
HC: 113
AZ: 25
PROT: 25
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Tortilla francesa con patatas
fritas
Fruta y pan

7

Ensalada completa
Alubias estofadas con
verduras
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de fideos
Garbanzos salteados
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
Lentejas estofadas con
verduras
Fruta y pan

VE: 2876/688
GT: 15
GS: 3
HC: 112
AZ: 26
PROT: 29
SAL: 1

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Patatas estofadas
Garbanzos estofados
Fruta y pan

16

Patatas estofadas con
verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Ensalada completa
Lentejas con quinoa y
verduras
Fruta y pan

VE: 2687/643
GT: 13
GS: 2
HC: 102
AZ: 25
PROT: 26
SAL: 1

20

Salteado de acelgas con
patatas
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz con salsa de tomate
Lentejas estofadas con
verduras
Fruta y pan

22

Ensalada completa
Alubias pintas estofadas
Fruta y pan

23

Sopa de fideos
Garbanzos salteados
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Tortilla francesa de queso con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 2793/668
GT: 15
GS: 2
HC: 110
AZ: 28
PROT: 25
SAL: 1

27

Crema de verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Ensalada completa
Alubias pintas estofadas
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Garbanzos salteados
Fruta y pan

30

Ensalada completa
Lentejas estofadas con
verduras
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2599/622
GT: 12
GS: 2
HC: 107
AZ: 27
PROT: 26
SAL: 1

No Carne

MES: Octubre 2025 - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con - brócoli salteado Fruta y pan	2 - Paella de verduras Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria - Yogur y pan	3 - Crema de verduras - Tortilla francesa con patatas asadas Fruta y pan	VE: 2914/697 GT: 19 GS: 3 HC: 101 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 1
6 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado - Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan	7 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan	8 Gratén de coliflor con bechamel Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Sopa de cocido Garbanzos salteados con repollo salteado - Yogur y pan	10 Coditos con salsa de tomate - Salmón al horno con verduras Fruta y pan	VE: 3211/768 GT: 25 GS: 5 HC: 103 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
13 NO LECTIVO	14 Espirales a la napolitana Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	16 Patatas estofadas con verduras - Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate - Yogur y pan	17 Lentejas con quinoa y verduras Abadejo a la plancha con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 3106/743 GT: 22 GS: 3 HC: 106 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
20 Salteado de acelgas con patatas Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	21 Arroz con salsa de tomate - Caballa al horno con salsa de zanahoria Fruta y pan	22 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	23 Sopa de cocido Garbanzos salteados con repollo salteado - Yogur y pan	24 - Crema de zanahoria y manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3147/753 GT: 25 GS: 4 HC: 110 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 2
27 Crema de verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	28 Alubias pintas estofadas Limanda empanada con pisto Fruta y pan	29 Macarrones a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	30 - Lentejas estofadas Albóndigas de merluza con pisto - Yogur y pan	31 NO LECTIVO	VE: 3082/737 GT: 21 GS: 3 HC: 103 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1

Sin Cerdo

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Pavo a la plancha con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2801/670
GT: 16
GS: 3
HC: 101
AZ: 24
PROT: 33
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Pechuga de pollo a la plancha
con patatas fritas
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido
Cocido completo (sin cerdo)
con repollo salteado
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan

VE: 3192/764
GT: 23
GS: 5
HC: 101
AZ: 24
PROT: 40
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Garbanzos estofados
Delicias de bacalao con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas estofadas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pavo a la plancha con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 3121/747
GT: 20
GS: 3
HC: 107
AZ: 23
PROT: 35
SAL: 1

20

Salteado de acelgas con
patatas
Pollo a la barbacoa con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz con salsa de tomate
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido
Cocido completo (sin cerdo)
con repollo salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 3305/791
GT: 34
GS: 5
HC: 109
AZ: 28
PROT: 38
SAL: 2

27

Crema de verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Limanda empanada con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Albóndigas de merluza con
pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 3137/750
GT: 23
GS: 4
HC: 103
AZ: 25
PROT: 37
SAL: 2

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2854/683
GT: 17
GS: 4
HC: 100
AZ: 23
PROT: 34
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan

VE: 3390/811
GT: 28
GS: 6
HC: 104
AZ: 25
PROT: 38
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Garbanzos estofados
Delicias de bacalao con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 3211/768
GT: 21
GS: 4
HC: 107
AZ: 23
PROT: 37
SAL: 1

20

Salteado de acelgas con
patatas
- Pollo asado con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz tres delicias
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 3224/771
GT: 27
GS: 5
HC: 108
AZ: 28
PROT: 38
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Limanda empanada con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Albóndigas de merluza con
pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 3129/748
GT: 22
GS: 4
HC: 103
AZ: 25
PROT: 37
SAL: 2

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

Sin Huevo, Sin Legumbres, Sin Piel de Fruta, Rosaceas		1 Patatas estofadas Pollo asado al romero con - brócoli salteado Fruta y pan	2 Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria - Yogur y pan	3 - Crema de verduras Lomo al ajillo con patatas asadas Fruta y pan	VE: 2634/630 GT: 15 GS: 3 HC: 93 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 1
6 Crema de verduras Albóndigas en salsa con patatas fritas Fruta y pan	7 Patatas estofadas Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan	8 Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 - Sopa de pasta (sin huevo) Magro con repollo salteado - Yogur y pan	10 Pasta (sin huevo) con tomate - Salmón al horno con verduras Fruta y pan	VE: 3200/765 GT: 28 GS: 6 HC: 93 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 2
13 NO LECTIVO	14 Espirales (sin huevo) napolitana Pavo a la plancha con pisto - Yogur y pan	15 Sopa de fideos Abadejo al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	16 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate - Yogur y pan	17 Arroz con salsa de tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 2885/690 GT: 12 GS: 3 HC: 101 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 2
20 Salteado de acelgas con patatas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	21 Arroz tres delicias - Caballa al horno con salsa de zanahoria - Yogur y pan	22 Patatas estofadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	23 Sopa de pasta (sin huevo) Estofado de pavo - Yogur y pan	24 - Crema de zanahoria y manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Fruta y pan	VE: 2907/695 GT: 24 GS: 5 HC: 94 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 1
27 Crema de verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	28 Patatas estofadas Limanda al horno con pisto - Yogur y pan	29 Pasta (sin huevo) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	30 Sopa de pasta (sin huevo) Filete de merluza al horno con pisto - Yogur y pan	31 NO LECTIVO	VE: 2682/642 GT: 21 GS: 4 HC: 81 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2854/683
GT: 17
GS: 4
HC: 100
AZ: 23
PROT: 34
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Yogur y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Lomo a la plancha con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

10

Pasta (sin huevo) con tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan

VE: 3387/810
GT: 30
GS: 7
HC: 99
AZ: 22
PROT: 41
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales (sin huevo)
napolitana
Pavo a la plancha con pisto
- Yogur y pan

15

Garbanzos estofados
Abadejo al horno con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 2999/718
GT: 13
GS: 3
HC: 104
AZ: 20
PROT: 44
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
Pechuga de pollo a la plancha
con ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz tres delicias
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
- Yogur y pan

22

Alubias pintas estofadas
Lomo a la plancha con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 3216/769
GT: 28
GS: 5
HC: 103
AZ: 24
PROT: 43
SAL: 2

27

Crema de verduras
Lomo a la plancha con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Limanda al horno con pisto
- Yogur y pan

29

Pasta (sin huevo) napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Filete de merluza al horno con
pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2919/698
GT: 23
GS: 4
HC: 87
AZ: 22
PROT: 41
SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Yogur de soja y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2842/680
GT: 17
GS: 3
HC: 100
AZ: 21
PROT: 34
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Coliflor salteada
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
Yogur de soja y pan

10

Coditos con salsa de tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan

VE: 3219/770
GT: 29
GS: 6
HC: 96
AZ: 24
PROT: 35
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Garbanzos estofados
Abadejo a la plancha con
dados de zanahorias y
calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur de soja y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 2931/701
GT: 16
GS: 3
HC: 101
AZ: 22
PROT: 40
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
- Pollo asado con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz tres delicias
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
Yogur de soja y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 3266/781
GT: 29
GS: 5
HC: 108
AZ: 27
PROT: 38
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Limanda al horno con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Filete de merluza al horno con
pisto
Yogur de soja y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2949/705
GT: 20
GS: 3
HC: 96
AZ: 22
PROT: 40
SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

Sin Legumbres, Sin Pescado

1

Patatas estofadas
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

Arroz con salsa de tomate
Pavo a la plancha con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2604/623
GT: 16
GS: 3
HC: 94
AZ: 23
PROT: 30
SAL: 1

6

Crema de verduras
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Patatas estofadas
Lomo a la plancha con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de fideos
Magro con repollo salteado
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha
con verduras
Fruta y pan

VE: 3075/736
GT: 22
GS: 5
HC: 97
AZ: 24
PROT: 37
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Crema de verduras
Pavo a la plancha con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Arroz con salsa de tomate
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 2888/691
GT: 17
GS: 3
HC: 99
AZ: 24
PROT: 36
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
Pollo a la barbacoa con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz con salsa de tomate
Lomo a la plancha con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Patatas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de fideos
Magro con repollo salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Pavo a la plancha con patatas
fritas
Fruta y pan

VE: 2896/693
GT: 25
GS: 3
HC: 105
AZ: 28
PROT: 34
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Patatas estofadas
Pechuga de pollo a la plancha
con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

Crema de verduras
Pavo a la plancha con pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2622/627
GT: 18
GS: 3
HC: 88
AZ: 24
PROT: 32
SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Patatas estofadas
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

Arroz con salsa de tomate
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2634/630
GT: 15
GS: 3
HC: 93
AZ: 22
PROT: 33
SAL: 1

6

Crema de verduras
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Patatas estofadas
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de fideos
Magro con repollo salteado
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y pan

VE: 3168/758
GT: 26
GS: 5
HC: 97
AZ: 25
PROT: 36
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Crema de verduras
Delicias de bacalao con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Arroz con salsa de tomate
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 3158/756
GT: 22
GS: 4
HC: 104
AZ: 23
PROT: 34
SAL: 1

20

Salteado de acelgas con
patatas
Pollo a la barbacoa con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz con salsa de tomate
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Patatas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de fideos
Magro con repollo salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y pan

VE: 3063/733
GT: 30
GS: 4
HC: 104
AZ: 27
PROT: 35
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Patatas estofadas
Limanda empanada con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

Crema de verduras
Albóndigas de merluza con
pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2941/704
GT: 23
GS: 4
HC: 97
AZ: 25
PROT: 32
SAL: 2

Sin Pescado

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Pavo a la plancha con
ensalada de lechuga y
zanahoria
- Yogur y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE: 2824/676
GT: 18
GS: 3
HC: 101
AZ: 24
PROT: 31
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Albóndigas en salsa con
patatas fritas
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Lomo a la plancha con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Gratén de coliflor con
bechamel
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

10

Coditos con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha
con verduras
Fruta y pan

VE: 3297/789
GT: 24
GS: 6
HC: 104
AZ: 25
PROT: 39
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales a la napolitana
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Garbanzos estofados
Pavo a la plancha con dados
de zanahorias y calabacín
Fruta y pan

16

Patatas a la riojana
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
- Yogur y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE: 2940/703
GT: 15
GS: 3
HC: 103
AZ: 24
PROT: 39
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
Pollo a la barbacoa con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz tres delicias
Lomo a la plancha con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido
Cocido completo con repollo
salteado
- Yogur y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Pavo a la plancha con patatas
fritas
Fruta y pan

VE: 3134/750
GT: 29
GS: 5
HC: 109
AZ: 29
PROT: 36
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Pechuga de pollo a la plancha
con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones a la napolitana
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Pavo a la plancha con pisto
- Yogur y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2810/672
GT: 18
GS: 3
HC: 94
AZ: 24
PROT: 38
SAL: 1

MES: Octubre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

Bajo en Grasas

1

Garbanzos estofados
Pollo asado al romero con -
brócoli salteado
Fruta y pan

2

- Paella de verduras
Abadejo al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Yogur desnatado y pan

3

- Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas
asadas
Fruta y panVE: 2824/676
GT: 16
GS: 3
HC: 101
AZ: 23
PROT: 34
SAL: 1

6

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Lomo a la plancha con patatas
al vapor
Fruta y pan

7

Alubias estofadas con
verduras
Abadejo a la griega con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta y pan

8

Coliflor salteada
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

9

Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
con repollo salteado
Yogur desnatado y pan

10

Coditos salteados
- Salmón al horno con
verduras
Fruta y panVE: 2820/675
GT: 19
GS: 4
HC: 93
AZ: 24
PROT: 36
SAL: 2

13

NO LECTIVO

14

Espirales salteados
Tortilla francesa con pisto
Fruta y pan

15

Garbanzos estofados
Abadejo a la plancha con
dados de zanahorias y
calabacín
Fruta y pan

16

Patatas estofadas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur desnatado y pan

17

Lentejas con quinoa y
verduras
Pinchos morunos con patatas
panaderas
Fruta y panVE: 2839/679
GT: 14
GS: 2
HC: 102
AZ: 22
PROT: 40
SAL: 2

20

Salteado de acelgas con
patatas
- Pollo asado con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta y pan

21

Arroz tres delicias
- Caballa al horno con salsa
de zanahoria
Fruta y pan

22

Alubias pintas estofadas
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

23

Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
con repollo salteado
Yogur desnatado y pan

24

- Crema de zanahoria y
manzana
Abadejo a la donostiarra con
patatas fritas
Fruta y panVE: 3229/773
GT: 28
GS: 5
HC: 107
AZ: 28
PROT: 39
SAL: 2

27

Crema de verduras
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

28

Alubias pintas estofadas
Limanda al horno con pisto
Fruta y pan

29

Macarrones salteados
Hamburguesa de ternera con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

30

- Lentejas estofadas
Filete de merluza al horno con
pisto
Yogur desnatado y pan

31

NO LECTIVO

VE: 2960/708
GT: 19
GS: 3
HC: 99
AZ: 24
PROT: 41
SAL: 1