

Menú Comedor Octubre 2026

CEIP Nuestra Señora de la Paz

			JUEVES 1 Revuelto de champiñones ^(H) Alitas de pollo con verduritas ^(G) ^(P) Fruta de temporada	VIERNES 2 Arroz tres delicias ^{(H)(S)} Chuleta de pavo con patatas dado Fruta de temporada
		PROPUESTA CENA Arroz-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Patata-pescado-lácteo	PROPUESTA CENA Pasta-carne-fruta
LUNES 5 Menestra rehogada Lomo a la plancha con patatas cocidas Fruta de temporada	MARTES 6 Lentejas con arroz integral Halibut al horno con calabacín ^(P) Fruta de temporada	MIÉRCOLES 7 Macarrones integrales con tomate ^(G) Tortilla francesa con york y tomatitos cherry ^(H) Fruta de temporada	JUEVES 8 Crema de verduras Magro de cerdo con tomate y guisantes Fruta de temporada	VIERNES 9 Alubias estofadas Palometa con lechuga ^(P) Fruta de temporada
PROPUESTA CENA Patata-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-ave-fruta	PROPUESTA CENA Arroz-pescado-lácteo	PROPUESTA CENA Pasta-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-huevo-lácteo
LUNES 12 FESTIVO	MARTES 13 Garbanzos estofados con verduras Marrajo al horno con patatas ^(P) Fruta de temporada	MIÉRCOLES 14 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo asados con tomate aliñado Fruta de temporada	JUEVES 15 Arroz caldoso con verduritas Tortilla de patatas y calabacín ^(H) Fruta de temporada	VIERNES 16 Lentejas estofadas Bacalao al horno ^(P) Fruta de temporada
PROPUESTA CENA Patata-pescado-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-ave-fruta	PROPUESTA CENA Arroz-carne-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-huevo-lácteo	PROPUESTA CENA Arroz-pescado-fruta
LUNES 19 Arroz con tomate Chuletas de pavo con tomate aliñado Fruta de temporada	MARTES 20 Judías blancas Alitas de pollo adobadas con patatas asadas Fruta de temporada	MIÉRCOLES 21 Puré de verduras Pez espada con brotes ^(P) Fruta de temporada	JUEVES 22 Sopa de cocido ^(G) Cocido completo Fruta de temporada	VIERNES 23 Espirales con tomate ^(G) Boquerones a la andaluza con brotes tiernos ^(G) Fruta de temporada
PROPUESTA CENA Pasta-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-ave-lácteo	PROPUESTA CENA Patata-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-pescado-lácteo	PROPUESTA CENA Arroz-pescado-fruta
LUNES 26 Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada ^(H) Fruta de temporada	MARTES 27 Garbanzos estofados con pisto Calamares rebozados con lechuga ^{(G)(M)} Fruta de temporada	MIÉRCOLES 28 Menestra rehogada con jamón Lomo de cerdo a la plancha con calabacín Fruta de temporada	JUEVES 29 Macarrones con tomate ^(G) Merluza en salsa verde ^(G) Fruta de temporada	VIERNES 30 Crema de lentejas Pechuga de pollo con zanahoria baby Fruta de temporada
PROPUESTA CENA Patata-ave-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-huevo-fruta	PROPUESTA CENA Pasta-pescado-fruta	PROPUESTA CENA Verdura-pescado-fruta	PROPUESTA CENA Pasta-huevo-fruta

*Todos los menús se acompañan de ensalada, pan y agua mineral. Dos días a la semana el pan será integral.

* Variedad de las frutas del menú: manzana, pera, plátano y naranja. La oferta de frutas podrá variar en función de la disponibilidad de las mismas