

Menú Cocina Central Septiembre 2025

Sin Frutos Secos ni Cacahuete - - CEIP Pintor Tomás Camarero

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Macarrones con Tomate Bacalao al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Cena: Verdura + Ave + Fruta	9 Crema de Calabacín ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	10 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	11 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Judías Verdes Rehogadas. Pollo al Chilindrón Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
15 Coditos con Tomate Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	16 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	17 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	18 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	19 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
22 Garbanzos a la Catalana. Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	23 Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Judías Pintas Estofadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	25 Paella de Verduras Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	26 Crema de Zanahoria ECO. Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
29 Guisantes a la Sevillana Merluza a la Bilbaína. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	30 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Macarrones con Tomate Bacalao al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Cena: Verdura + Ave + Fruta	9 Crema de Calabacín ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	10 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	11 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Judías Verdes Rehogadas. Pollo al Chilindrón Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
15 Coditos con Tomate Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	16 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	17 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	18 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	19 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
22 Garbanzos a la Catalana. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	23 Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	24 Judías Pintas Estofadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	25 Paella de Verduras Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	26 Crema de Zanahoria ECO. Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Pescado + Fruta
29 Guisantes a la Sevillana Merluza a la Bilbaína. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	30 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 Macarrones con Tomate Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Cena: Verdura + Huevo + Fruta	9 Crema de Calabacín ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	10 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	11 Arroz con Tomate. Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	12 Judías Verdes Rehogadas. Pollo al Chilindrón Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta
15 Coditos con Tomate Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	16 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	17 Judías Verdes con Cebolla y Ajo Magro de Cerdo en Salsa. Patatas Dado en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	18 Arroz con Tomate Tortilla Francesa. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	19 Brócoli Salteado Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta
22 Garbanzos a la Catalana. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	23 Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	24 Judías Pintas Estofadas. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	25 Paella de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	26 Crema de Zanahoria ECO. Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Verdura + Fruta
29 Guisantes a la Sevillana Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	30 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.