

Menú Cocina Central Diciembre 2025

Sin Proteína de la Leche de Vaca - - CEIP Pintor Tomás Camarero

Lunes

1 Macarrones con Tomate
Salmón a la Naranja.

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Ave + Lácteo



FESTIVO

8



FESTIVO



FESTIVO

15 Pasta al Ajillo

Merluza al Horno.

Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Martes

2 Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa.

Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Fruta

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9

Coliflor en ajada
Macarrones con Atún

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Cocido.

Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Miércoles

3 Arroz con Tomate.
Varitas de Pescado

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

10

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

17 Lentejas Estofadas con Verduras.

Abadejo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Ave + Fruta

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Jueves

4 Crema de Verduras ECO.
Pollo Asado

Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Huevo + Fruta

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

11

Crema de Zanahoria ECO.
Pollo al Ajillo

Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

18 Macarrones con Tomate

Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

5 Garbanzos a la Catalana.
Cinta de Lomo Fresca al Horno

Ensalada de Lechuga
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Garbanzos Estofados con Verduras.
Cinta de Lomo Fresca al Horno

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Lácteo

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

Ensalada Mixta

Cena: Salchichas de Pavo al Horno

Patatas Chips
Pan y Agua
Yogur de Soja
Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: 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.