

MENU ESCOLAR NOVIEMBRE 2025

DIA 3		DIA 4		DIA 5		DIA 6		DIA 7																										
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																										
1	Cazuela de arroz con cazón y gambas 	Puchero con garbanzos y fideos 	Macarrones a la napolitana (tomate,orégano) 	Lentejas con verduras y arroz	Crema de calabacín																													
	Tortilla de patatas con cebolla 	Croquetas de pollo 	Pescado blanco a la gallega 	Lomo adobado	Albondigas de pollo-ternera en salsa de almendra 																													
	Ensalada de temporada	Verdura al vapor rehogadas	Ensalada con tomate	Patatas frías	Cous cous 																													
	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada	Pan y yogurt 	Pan y fruta de temporada	Pan y Fruta de temporada																													
E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC														
621,25615	14,4401	30,1866	3,19355	2,79966	7,9105	55,3733	632,3187	14,1157	34,633	4,4355	1,64123	6,86	51,2514	612,532	12,047	29,3568	3,635	2,66685	5,548	58,5961	612,3	15,6133	31,0436	3,7495	3,85448	25,573	54,6791	594,04205	15,4114	29,1653	2,88325	1,65308	8,456	55,4233
CENA: VERDURA + CARNE+ FRUTA							CENA: PATATA+PESCADO+ FRUTA							CENA: ENSALADA + CARNE+ YOGUR							CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA							CENA: ENSALADA + PESCADO + YOGUR						
DIA 10		DIA 11		DIA 12		DIA 13		DIA 14																										
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																										
2	Puchero con arroz	Pasta a la napolitana con queso (tomate,orégano) 	Paella marinera 	Crema de calabaza	Lentejas a la castellana																													
	Tortilla de calabacín 	Atún encebollado 	Pisto con tomate y huevo cocido 	Cinta al horno en su jugo	Pizza de jamon y queso 																													
	Ensalada con tomate	Menestra de verdura al vapor	Pan y yogurt 	cous cous 	Pan y natillas 																													
	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada	Pan y yogurt 	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada 																													
E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
603,524	14,7666	29,9889	2,1393	1,472	5,159	55,2445	633,3468	16,9103	28,5768	2,5657	2,28003	9,357	54,5129	615,7394	12,022	32,5871	4,218	2,39195	7,205	55,391	614,2827	11,6135	30,2582	2,9865	2,101	5,8485	58,1283	620,9577	13,3568	31,6359	4,114	3,62778	11,165	55,0073
CENA: VERDURA + PESCADO + YOGUR							CENA: PATATA + HUEVO + FRUTA							CENA: VERDURA + CARNE + FRUTA							CENA: ENSALADA+ HUEVO+ FRUTA							CENA: ENSALADA + PESCADO+ FRUTA						
DIA 17		DIA 18		DIA 19		DIA 20		DIA 21																										
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																										
3	Potaje de alubias con chorizo 	Pasta a la boloñesa 	Crema de verdura	Arroz con tomate	Sopa de puchero con estrellitas 																													
	Pescado blanco al horno en salsa verde 	Tortilla francesa horno 	Pollo a la cazadora	Palitos de merluza horno 	Albondigas pollo-ternera en salsa de tomate 																													
	Verdura al vapor	Ensalada de temporada	Patatas fritas	Ensalada de tomate y maíz	Cous cous 																													
	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada	Pan y gelatina	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada																													
E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
613,5514	15,7646	28,1325	2,6533	3,83769	6,536	56,1029	642,83185	12,4783	29,7364	2,24645	2,07866	11,372	57,7853	619,3962	14,4244	32,4574	2,93	3,05033	24,372	53,1182	613,9105	11,0251	30,3208	3,143	#DIV/0!	8,882	58,6542	630,9111	16,2749	25,2091	2,7935	2,20998	7,559	58,516
CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR							CENA: ENSALADA+ PESCADO + YOGUR							CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA							CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR							CENA: ENSALADA + HUEVO + FRUTA						
DIA 24		DIA 25		DIA 26		DIA 27		DIA 28																										
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																										
4	Ensalada con huevo duro 	Crema de calabaza y zanahorias	Lentejas con verduras y chorizo	Pasta a la napolitana con queso (tomate,orégano) 	Cazuela de arroz con pescado y gambas 																													
	Estofado de pollo con verduras y patatas en su jugo	Hamburguesa de ternera 	Palitos de merluza horno 	Pescado blanco salsa verde 	Croquetas de pollo 																													
		Patatas fritas	Ensalada mixta	Menestra de verdura al vapor	Ensalada de temporada																													
	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada	Pan y yogurt 	Pan y fruta de temporada	Pan y fruta de temporada																													
E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
614,2827	11,6135	30,2582	2,9865	2,101	5,8485	58,1283	615,7394	12,022	32,5871	4,218	2,39195	7,205	55,391	633,3468	16,9103	28,5768	2,5657	2,28003	9,357	54,5129	603,524	14,7666	29,9889	2,1393	1,472	5,159	55,2445	610,2522	15,7568	28,3247	2,482	2,82583	7,835	55,9185
CENA: VERDURA + PESCADO+ FRUTA							CENA: VERDURA + PESCADO + FRUTA							CENA: PATATA + HUEVO + FRUTA							CENA: ENSALADA + PESCADO+ FRUTA							CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR						

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Vegetal de zanahoria patatas y rosada	Vegetal de zanahoria calabaza brocoli y ternera	Vegetal de pollo con patatas zanahoria calabaza y cebolla	Vegetal de pescado con zanahoria patatas calabaza y calabacin	Vegetal de verduras con pollo

Todos los menús van acompañados de agua suministrada al centro por la empresa abastecedora de la localidad.

FRUTA: Según temporada y proveedores, se suministrará una pieza fruta de temporada

Para la elaboración de nuestros platos se utiliza aceite de oliva virgen extra y sal yodada.

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos.

Menú elaborado Fernando R./AND-371 según pautas nutricionales del Plan de Evaluación de la oferta alimentaria en centros escolares de Andalucía