


CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
<div></div> <div>FESTIVO</div>		<div><div>Coliflor Orly (1,2,3,4,6,7,8,9,14)</div><div>Hamburguesa de ternera con ensalada de maíz y zanahoria (10,11,12)</div><div>Fruta de temporada y pan integral (1)</div><div><div>kcal</div><div>673</div></div><div><div>Líp</div><div>30,2</div></div><div><div>Prot</div><div>19,0</div></div><div><div>HdC</div><div>81</div></div></div> <div></div> <div><div>Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)</div><div>Tortilla de patata con ens. de lechuga y maíz (3,12)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>666</div></div><div><div>Líp</div><div>25,1</div></div><div><div>Prot</div><div>18,6</div></div><div><div>HdC</div><div>91</div></div></div>	<div><div>Fideuá vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) (1,3,6,10)</div><div>Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (1,4,6,10)</div><div>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</div><div><div>kcal</div><div>719,5</div></div><div><div>Líp</div><div>20,1</div></div><div><div>Prot</div><div>51,0</div></div><div><div>HdC</div><div>84</div></div></div> <div></div>	
10	11	12	13	14
<div><div>Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</div><div>Tortilla francesa de pavo con ensalada de maíz y zanahoria (3,6)</div><div>Fruta y leche (7)</div><div><div>kcal</div><div>727</div></div><div><div>Líp</div><div>32,0</div></div><div><div>Prot</div><div>40,9</div></div><div><div>HdC</div><div>69</div></div></div>	<div><div>Crema de calabacín (12)</div><div>Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>711</div></div><div><div>Líp</div><div>19,4</div></div><div><div>Prot</div><div>27,0</div></div><div><div>HdC</div><div>107</div></div></div> <div></div>	<div><div>Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal))</div><div>Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate</div><div>Fruta de temporada y pan integral (1)</div><div><div>kcal</div><div>662</div></div><div><div>Líp</div><div>28,3</div></div><div><div>Prot</div><div>33,1</div></div><div><div>HdC</div><div>69</div></div></div>	<div><div>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</div><div>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>656</div></div><div><div>Líp</div><div>21,9</div></div><div><div>Prot</div><div>22,1</div></div><div><div>HdC</div><div>93</div></div></div> <div></div>	<div><div>Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla)</div><div>Fil. de palometa en salsa tomate y pimientos con ensalada de lechuga y maíz (2,4,12,14)</div><div>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</div><div><div>kcal</div><div>664</div></div><div><div>Líp</div><div>33,3</div></div><div><div>Prot</div><div>41,8</div></div><div><div>HdC</div><div>49</div></div></div>
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
<div><div>Guisantes rehogados con taquitos de pavo (cebolla, zanahoria, taquitos de pavo) (6)</div><div>Filete de Sajonia con pasta salteada (1,3,6,10)</div><div>Fruta y leche (7)</div><div><div>kcal</div><div>743</div></div><div><div>Líp</div><div>22,7</div></div><div><div>Prot</div><div>44,4</div></div><div><div>HdC</div><div>90</div></div></div> <div></div>	<div><div>Puré de verduras de temporada (12)</div><div>Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>686</div></div><div><div>Líp</div><div>26,2</div></div><div><div>Prot</div><div>36,0</div></div><div><div>HdC</div><div>77</div></div></div>	<div><div>Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)</div><div>Tortilla de queso y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,7)</div><div>Fruta de temporada y pan integral (1)</div><div><div>kcal</div><div>695</div></div><div><div>Líp</div><div>21,9</div></div><div><div>Prot</div><div>26,3</div></div><div><div>HdC</div><div>98</div></div></div>	<div><div>Arroz 3 delicias (guisantes, zanahoria, pavo) (6)</div><div>Ragout de pollo con salsa de curry suave</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>612</div></div><div><div>Líp</div><div>15,5</div></div><div><div>Prot</div><div>42,9</div></div><div><div>HdC</div><div>75</div></div></div> <div></div>	<div><div>Menestra de verduras rehogadas</div><div>Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (1,4,6,10)</div><div>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</div><div><div>kcal</div><div>644,41</div></div><div><div>Líp</div><div>19,1</div></div><div><div>Prot</div><div>46,5</div></div><div><div>HdC</div><div>72</div></div></div>
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
<div><div>Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)</div><div>Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (6,7,9,10,12)</div><div>Fruta y leche (7)</div><div><div>kcal</div><div>709</div></div><div><div>Líp</div><div>40,5</div></div><div><div>Prot</div><div>40,5</div></div><div><div>HdC</div><div>46</div></div></div> <div></div>	<div><div>Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12)</div><div>Delicias de bacalao con ensalada de pico de gallo (1,2,4,6,7,10,14)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>694</div></div><div><div>Líp</div><div>18,7</div></div><div><div>Prot</div><div>41,2</div></div><div><div>HdC</div><div>90</div></div></div>	<div><div>Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)</div><div>Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3)</div><div>Fruta de temporada y pan integral (1)</div><div><div>kcal</div><div>730</div></div><div><div>Líp</div><div>27,9</div></div><div><div>Prot</div><div>17,3</div></div><div><div>HdC</div><div>##</div></div></div>	<div><div>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</div><div>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</div><div>Fruta de temporada</div><div><div>kcal</div><div>656</div></div><div><div>Líp</div><div>21,9</div></div><div><div>Prot</div><div>22,1</div></div><div><div>HdC</div><div>93</div></div></div> <div></div>	<div><div>Crema de calabacín y puerros (12)</div><div>Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta integral (1,3,4,6,10)</div><div>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</div><div><div>kcal</div><div>729,84</div></div><div><div>Líp</div><div>33,7</div></div><div><div>Prot</div><div>44,1</div></div><div><div>HdC</div><div>63</div></div></div>
31 - Día de la Torre Eiffel	<div><div>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</div><div><div>1</div><div>2</div><div>3</div><div>4</div><div>5</div><div>6</div><div>7</div><div>8</div><div>9</div><div>10</div><div>11</div><div>12</div><div>13</div><div>14</div></div><div><div>Gluten</div><div>Crustáceos</div><div>Huevas</div><div>Pescado</div><div>Cacahuete</div><div>Soja</div><div>Leche</div><div>Frutos cáscara</div><div>Apio</div><div>Mostaza</div><div>Sésamo</div><div>Sulfitos</div><div>Altramuces</div><div>Moluscos</div></div></div>			
<div><div>Arroz con salchichitas de pavo (6)</div><div>Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12)</div><div>Fruta y leche (7)</div><div><div>kcal</div><div>704</div></div><div><div>Líp</div><div>25,7</div></div><div><div>Prot</div><div>25,8</div></div><div><div>HdC</div><div>92</div></div></div> <div></div>	<div><div>ayne</div><div><div>Ingredientes ecológicos</div><div>Pescados sostenibles</div><div>Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA</div><div>Productos integrales</div><div>GASTRONOMÍA LOCAL</div><div>Productos con DOP</div></div></div>			


Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...



CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
	FESTIVO	Coliflor Orly casera elaborada con harina de maíz Hamburguesa de ternera con ensalada de maíz y zanahoria (10,11,12) Fruta de temporada	Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Tortilla de patata con ens. de lechuga y maíz (3,12) Fruta de temporada	Pasta esp. Sin alérgenos vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (harina de maíz,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
10	11	12	13	14
Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de maíz y zanahoria (3,6) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín (12) Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4) Fruta de temporada	Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal)) Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla) Fil. de palometa en salsa tomate y pimientos con ensalada de lechuga y maíz (2,4,12,14) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
Guisantes rehogados con taquitos de pavo (cebolla, zanahoria, taquitos de pavo) (6) Filete de Sajonia con pasta salteada esp. Sin alérgenos Fruta y leche (7)	Puré de verduras de temporada (12) Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de queso y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,7) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (guisantes, zanahoria, pavo) (6) Ragout de pollo con salsa de curry suave Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogadas Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (harina de maíz,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (6,7,9,10,12) Fruta y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) Delicias caseras de merluza con ensalada de pico de gallo (harina de maíz,4) Fruta de temporada	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta esp. Sin alérgenos (4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
31 - Día de la Torre Eiffel				
Arroz con salchichitas de pavo (6) Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12) Fruta y leche (7)				

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos




Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
	FESTIVO	Coliflor Orly casera elaborada con harina de maíz Hamburguesa de ternera con ensalada de maíz y zanahoria (10,11,12) Fruta de temporada	Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Tortilla de patata con ens. de lechuga y maíz (3,12) Fruta de temporada	Fideuá vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) (1,3,6,10) Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre de soja (6,8)
10	11	12	13	14
Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de maíz y zanahoria (3,6) Fruta y bebida de soja (6)	Crema de calabacín (12) Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4) Fruta de temporada	Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal) Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla) Fil. de palometa en salsa tomate y pimientos con ensalada de lechuga y maíz (2,4,12,14) Fruta de temporada y postre de soja (6,8)
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
Guisantes rehogados con taquitos de pavo (cebolla, zanahoria, taquitos de pavo) (6) Filete de Sajonia con pasta salteada (1,3,6,10) Fruta y bebida de soja (6)	Puré de verduras de temporada (12) Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con cebolla y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	Arroz 3 delicias (guisantes, zanahoria, pavo) (6) Ragout de pollo con salsa de curry suave Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogadas Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre de soja (6,8)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Albóndigas caseras esp. Sin alérgenos de ternera en salsa con jardinera de verduras Fruta y bebida de soja (6)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) Delicias caseras de merluza con ensalada de pico de gallo (harina de maíz,4) Fruta de temporada	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta integral (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y postre de soja (6,8)
31 - Día de la Torre Eiffel	<div>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</div> <div> 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos cáscara </div>			
Arroz con salchichitas de pavo (6) Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12) Fruta y bebida de soja (6)	      			

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin carne

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
	FESTIVO		Coliflor Orly (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Huevos revueltos con queso con ensalada de maíz y zanahoria (3,7) Fruta de temporada	Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Tortilla de patata con ens. de lechuga y maíz (3,12) Fruta de temporada
10	11	12	13	14
Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín (12) Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4) Fruta de temporada	Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal)) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de verduras, puerro, zanahoria, fideos ECO) sin carne (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, sin carne (12) Fruta de temporada	Fideuá vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) (1,3,6,10) Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
Guisantes rehogados con zanahoria, ajito y cebolla Tortilla francesa con pasta salteada (1,3,6,10) Fruta y leche (7)	Puré de verduras de temporada (12) Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de queso y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	Arroz 2 delicias (guisantes, zanahoria) Filete de pescado al horno con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogadas Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Tortilla francesa con verduras salteadas (3) Fruta y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) Delicias de bacalao con ensalada de pico de gallo (1,2,4,6,7,10,14) Fruta de temporada	Paella de verduras (pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de verduras, puerro, zanahoria, fideos ECO) sin carne (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, sin carne (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta integral (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
31 - Día de la Torre Eiffel				
Arroz rehogado con cebolla y ajito Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12) Fruta y leche (7)				

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos




Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin guisantes

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
	FESTIVO			
10	11	12	13	14
Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de maíz y zanahoria (3,6) Fruta y leche (7) 17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	Crema de calabacín (12) Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4) Fruta de temporada 	Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal)) Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada 	Fideuá vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) (1,3,6,10) Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
Coliflor rehogada con ajito y cebolla Filete de Sajonia con pasta salteada (1,3,6,10) Fruta y leche (7) 	Puré de verduras de temporada (12) Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de queso y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	Arroz 2 delicias (zanahoria, pavo) (6) Ragout de pollo con salsa de curry suave Fruta de temporada 	Menestra de verduras rehogadas Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (6,7,9,10,12) Fruta y leche (7) 	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) Delicias de bacalao con ensalada de pico de gallo (1,2,4,6,7,10,14) Fruta de temporada	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzo ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada 	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta integral (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
31 - Día de la Torre Eiffel	<div>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</div> <div><div>1234567891011121314</div><div>GlutenCrustáceosHuevosPescadoCacahueteSojaLecheFrutos cáscaraApioMostazaSésamoSulfitosAltramucesMoluscos</div></div> <div><div></div></div> <div><div>Arroz con salchichitas de pavo (6)</div><div>Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12)</div><div>Fruta y leche (7)</div><div></div></div>			

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
 FESTIVO		 Coliflor Orly casera elaborada con harina de maíz Hamburguesa de ternera con ensalada de maíz y zanahoria (10,11,12) Fruta de temporada	 Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Tortilla de patata con ens. de lechuga y maíz (3,12) Fruta de temporada	 Fideuá vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimienta roja, caldo de verduras, laurel) (1,3,6,10) <u>Cinta de lomo a la plancha con ensalada</u> Fruta de temporada y postre lácteo (7)
10	11	12	13	14
 Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de maíz y zanahoria (3,6) Fruta y leche (7) 17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	 Crema de calabacín (12) <u>Salchichitas de pavo con guarnición de arroz al horno (6)</u> Fruta de temporada	 <u>Patatas guisadas con verduras (12) (caldo de verduras, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal)</u> Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan integral (1)	 Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	 Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla) <u>Lomo adobado en salsa tomate y pimientos con ensalada de lechuga y maíz (12)</u> Fruta de temporada y postre lácteo (7)
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
 Guisantes rehogados con taquitos de pavo (cebolla, zanahoria, taquitos de pavo) (6) Filete de Sajonia con pasta salteada (1,3,6,10) Fruta y leche (7)	 Puré de verduras de temporada (12) <u>Filete de pollo con guarnición de patata a la Gallega (12)</u> Fruta de temporada	 Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) Tortilla de queso y ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Arroz 3 delicias (guisantes, zanahoria, pavo) (6) Ragout de pollo con salsa de curry suave Fruta de temporada	 Menestra de verduras rehogadas <u>Salchichas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta de temporada y postre lácteo (7)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
 <u>Guiso de patatas con verduras (12) (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)</u> Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (6,7,9,10,12) Fruta y leche (7)	 Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) <u>Lagrimitas caseras de pollo con ensalada de pico de gallo</u> Fruta de temporada	 Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) Tortilla francesa de calabacín y ensalada de lechuga y zanahoria (3) Fruta de temporada y pan integral (1)	 Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	 Crema de calabacín y puerros (12) <u>Cinta de lomo al horno con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta integral (1,3,6,10)</u> Fruta de temporada y postre lácteo (7)
31 - Día de la Torre Eiffel				
 Arroz con salchichitas de pavo (6) Tortilla española (de patata y cebolla) con ensalada de maíz y zanahoria (3,12) Fruta y leche (7)				

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos




Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

CEIP LUIS SOLANA - MARZO 2025

Menú sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

 grupo_servicatering

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6	7 - Día Mundial de los Cereales
	FESTIVO	Coliflor Orly casera elaborada con harina de maíz Hamburguesa de ternera con ensalada de maíz y zanahoria (10,11,12) Fruta de temporada 	Alubias blancas ECO campesinas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) "Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzos con ensalada de lechuga y maíz (12) Fruta de temporada	Pasta esp. Sin alérgenos vegetal (cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de verduras, laurel) Fil. De merluza a la Andaluza con ensalada (1,4,6,10)  Fruta de temporada y postre lácteo (7)
10	11	12	13	14
Lentejas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) "Tortilla" francesa de pavo elaborada con harina de garbanzos con ensalada de maíz y zanahoria (6) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín (12)  Salmón a la naranja con guarnición de arroz al horno (4) Fruta de temporada	Patatas marineras (2,4,12,14) (preparado de marisco sin concha, caldo de pescado, zanahoria, cebolla, ajo, puerro, aceite de oliva, sal)) Muslitos de pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Judías verdes rehogadas (ajito, aceite, cebolla) Fil. de palometa en salsa tomate y pimientos con ensalada de lechuga y maíz (2,4,12,14) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
17 - JORNADA GASTRONÓMICA KUNG FU PANDA - Día del Oso Panda	18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21
Guisantes rehogados con taquitos de pavo (cebolla, zanahoria, taquitos de pavo) (6)  Filete de Sajonia con pasta salteada esp. Sin alérgenos Fruta y leche (7)	Puré de verduras de temporada (12) Filete de merluza a la Gallega (con patata panadera y pimentón) (4,12) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12) "Tortilla" de queso elaborada con harina de garbanzos y ensalada de lechuga y zanahoria (7) Fruta de temporada y pan integral (1)	Arroz 3 delicias (guisantes, zanahoria, pavo) (6)  Ragout de pollo con salsa de curry suave Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogadas Filete de abadejo rebozado casero con ensalada de zanahoria y maíz (1,4,6,10) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
24	25	26	27 - Día Mundial del Teatro	28
Guiso de patatas con pescado (4,12) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (6,7,9,10,12)  Fruta y leche (7)	Lentejas ECO Campesinas (zanahoria, pimientos, cebolla, tom. natural, ajo, ac. oliva) (12) Delicias de bacalao con ensalada de pico de gallo (1,2,4,6,7,10,14) Fruta de temporada	Paella mixta (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria) "Tortilla" francesa de calabacín elaborada con harina de garbanzos y ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (1)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de merluza con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva) y pasta esp. Sin alérgenos (4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
31 - Día de la Torre Eiffel				
Arroz con salchichitas de pavo (6)  "Tortilla" española (patata y cebolla) elaborada con harina de garbanzos con ens. De maíz y zanahoria (12) Fruta y leche (7)				

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...