# #Menú IN SITU Andalucía Oct-Nov

*Basal Primaria* - . - Colegios In Situ (Alimentart)*

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| **12**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>MANDARINA Mandarina<br>***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta | **13**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Contramuslo de Pollo Asado Pollo Contramuslo S/h S/p, Cebolla Dado Eco, Patata Dado 20x20 Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>NARANJA Naranja<br>***Kcal:*** 452 ***Lip:*** 25,72 ***Prot:*** 22,44 ***HC:*** 50,73 ***AGS:*** 3,08 ***Azu:*** 15,46 ***Sal:*** 0,67<br>***Cena:*** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta | **14**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga 90% Pollo S/glu_ortola, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>***Kcal:*** 591 ***Lip:*** 28,70 ***Prot:*** 34,87 ***HC:*** 49,01 ***AGS:*** 7,09 ***Azu:*** 17,12 ***Sal:*** 0,88<br>***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta | **15**<br>Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Calabacin Dado Eco<br>Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Pimiento Verde Dado Eco<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>MANZANA Manzana Royal Gala<br>***Kcal:*** 730 ***Lip:*** 13,90 ***Prot:*** 23,53 ***HC:*** 120,72 AGS: 2,11 ***Azu:*** 4,41 ***Sal:*** 0,83<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **16**<br>Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Liquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>PERA Pera<br>***Kcal:*** 759 ***Lip:*** 27,81 ***Prot:*** 28,66 ***HC:*** 102,14 ***AGS:*** 5,11 ***Azu:*** 24,35 ***Sal:*** 0,69<br>***Cena:*** Patata + Carne + Lácteo o Fruta |
| **19**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Liquido, Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>NARANJA Naranja<br>***Kcal:*** 500 ***Lip:*** 24,51 ***Prot:*** 15,60 ***HC:*** 56,85 ***AGS:*** 4,57 ***Azu:*** 17,12 ***Sal:*** 0,73<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **20**<br>Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>MANZANA Manzana Royal Gala<br>***Kcal:*** 700 ***Lip:*** 26,91 ***Prot:*** 29,83 ***HC:*** 83,78 ***AGS:*** 5,59 ***Azu:*** 5,95 ***Sal:*** 1,10<br>***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta | **21**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Sal Yodada<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>***Kcal:*** 487 ***Lip:*** 23,11 ***Prot:*** 21,13 ***HC:*** 50,11 ***AGS:*** 6,53 ***Azu:*** 18,50 ***Sal:*** 0,67<br>***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta | **22**<br>Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>PERA Pera<br>***Kcal:*** 684 ***Lip:*** 21,46 ***Prot:*** 23,13 ***HC:*** 102,21 AGS: 3,42 ***Azu:*** 25,27 ***Sal:*** 0,48<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **23**<br>Puchero Garbanzo, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco<br>Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Eco Oregano Hoja<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>PLÁTANO Platano Banana<br>***Kcal:*** 733 ***Lip:*** 21,85 ***Prot:*** 33,75 ***HC:*** 93,13 ***AGS:*** 4,02 ***Azu:*** 28,10 ***Sal:*** 0,65<br>***Cena:*** Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta |
| **26**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>NARANJA Naranja<br>***Kcal:*** 596 ***Lip:*** 21,64 ***Prot:*** 24,70 ***HC:*** 73,65 ***AGS:*** 3,97 ***Azu:*** 19,08 ***Sal:*** 1,07<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **27**<br>Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Liquido, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>MANZANA Manzana Royal Gala<br>***Kcal:*** 710 ***Lip:*** 27,44 ***Prot:*** 28,28 ***HC:*** 88,39 ***AGS:*** 5,14 ***Azu:*** 4,75 ***Sal:*** 0,65<br>***Cena:*** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **28**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>***Kcal:*** 528 ***Lip:*** 26,70 ***Prot:*** 25,34 ***HC:*** 54,40 ***AGS:*** 5,55 ***Azu:*** 19,79 ***Sal:*** 0,90<br>***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta | **29**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>PLÁTANO Platano Banana<br>***Kcal:*** 804 ***Lip:*** 17,85 ***Prot:*** 23,44 ***HC:*** 138,74 AGS: 2,88 ***Azu:*** 27,53 ***Sal:*** 0,70<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **30**<br>Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria, Pimiento Verde Dado Eco, Cebolla<br>Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceiga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>PERA Pera<br>***Kcal:*** 609 ***Lip:*** 19,22 ***Prot:*** 25,93 ***HC:*** 83,01 ***AGS:*** 3,16 ***Azu:*** 21,52 ***Sal:*** 0,84<br>***Cena:*** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta |
| **2**<br>FESTIVO<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco<br>Estofado de Cerdo en Salsa con Verduras Ensaladilla, Cerdo Dado Cong, Agua, Tomate Frito Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>MANDARINA Mandarina<br>***Cena:*** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta | **3**<br>Espirales Integrales con Tomate Espirales Int, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Agua<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>NARANJA Naranja<br>***Kcal:*** 762 ***Lip:*** 20,40 ***Prot:*** 26,46 ***HC:*** 118,13 ***AGS:*** 3,19 ***Azu:*** 19,27 ***Sal:*** 1,00<br>***Cena:*** Patata + Carne + Lácteo o Fruta | **4**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Puerro Rodaja Eco<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>***Kcal:*** 532 ***Lip:*** 24,67 ***Prot:*** 26,92 ***HC:*** 51,94 ***AGS:*** 7,12 ***Azu:*** 18,33 ***Sal:*** 0,67<br>***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta | **5**<br>Puchero Garbanzo, Patata Dado Eco, Agua, Zanahoria Dado Eco<br>Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Pan Blanco Banquete Pan<br>PERA Pera<br>***Kcal:*** 696 ***Lip:*** 24,19 ***Prot:*** 33,51 ***HC:*** 80,50 AGS: 3,87 ***Azu:*** 19,82 ***Sal:*** 0,68<br>***Cena:*** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **6**<br>Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Tortilla de Patatas con Calabacín. Patata Dado 20x20 Eco, Huevo Liquido, Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Pan integral (harina integral 50%) Banquete Pan Integral<br>PLÁTANO Platano Banana<br>***Kcal:*** 739 ***Lip:*** 24,50 ***Prot:*** 18,35 ***HC:*** 109,96 ***AGS:*** 4,72 ***Azu:*** 30,38 ***Sal:*** 1,07<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta |

# #Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

*Sin Cerdo - . - Colegios In Situ (Alimentart)*

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| **12**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>FESTIVO<br>Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta | **13**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Contramuslo de Pollo Asado Pollo Contramuslo S/h S/p, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta | **14**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga 90% Pollo S/glu_ortola, Guisante Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta | **15**<br>Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco<br>Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **16**<br>Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta |
| **19**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **20**<br>Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja<br>Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta | **21**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Merluza al Horno al Limón Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta | **22**<br>Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **23**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Laurel Polvo Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta |
| **26**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **27**<br>Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla<br>Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **28**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Merluza con Tomate Albondigas Merluza, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta | **29**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **30**<br>Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceiga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta |
| **2**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>FESTIVO<br>Merluza Guisada con Verduras Merluza Porción, Patata Dado 20x20 Eco, Ensaladilla, Tomate Frito Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta | **3**<br>Espirales Integrales con Tomate Espirales Int, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta | **4**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta | **5**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Patata Dado 10x12 Eco_eduardo Sanz, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **6**<br>Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta |

# #Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

*Sin Carne - . - Colegios In Situ (Alimentart)*

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| **12**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>FESTIVO<br>Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta | **13**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Salmón al Horno Salmon Rosado Porcion, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Picado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta | **14**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Merluza a la Jardinera Albondigas Merluza, Guisante Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta | **15**<br>Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco<br>Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta | **16**<br>Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta |
| **19**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **20**<br>Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Hoja<br>Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta | **21**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Merluza al Horno al Limón Merluza Porción, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta | **22**<br>Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta | **23**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Salmón al Horno Marinado Salmon Rosado Porcion, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta |
| **26**<br>Macarrones Integrales con Tomate Macarron Int 3kg_gallo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Salmón al Horno al Ajillo Salmon Rosado Porcion, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **27**<br>Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/cebolla<br>Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta | **28**<br>Ensalada de Lechuga, Tomate y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Tomate Ensalada, Huevo Cocido, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Albóndigas de Merluza con Tomate Albondigas Merluza, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta | **29**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta | **30**<br>Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceiga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta |
| **2**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>FESTIVO<br>Merluza Guisada con Verduras Merluza Porción, Patata Dado 20x20 Eco, Ensaladilla, Tomate Frito Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta | **3**<br>Espirales Integrales con Tomate Espirales Int, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo o Fruta | **4**<br>Ensalada de Tomate y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Palometa al Horno en Salsa Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az.<br>**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta | **5**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Patata Dado 10x12 Eco_eduardo Sanz, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **6**<br>Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta |

# #Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

*Sin Huevo Sin Leche y derivados - . - Colegios In Situ (Alimentart)*

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| **12** FESTIVO<br>Macarrones Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Merluza a la Plancha en Salsa Verde Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo o Fruta | **13**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Contramuslo de Pollo Asado Pollo Contramuslo S/h S/p, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta | **14**<br>Ensalada de Lechuga y Tomate (1º plato) Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Albóndigas de Pollo al Horno a la Jardinera Albondiga 90% Pollo S/glu_ortola, Guisante Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural<br>***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta | **15**<br>Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco<br>Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **16**<br>Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Pavo al Horno en Salsa Pavo Dado Cong, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Patata + Carne + Lácteo o Fruta |
| **19**<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **20**<br>Espaguetis Sin Gluten con Tomate y Orégano Espaguetti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Caballa al Vapor en Salsa Caballa Abierta, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta | **21**<br>Ensalada de Tomate (1º) Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural<br>***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta | **22**<br>Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **23**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Tiras de Pollo al Horno Adobadas Pollo Troceado, Aceite Oliva Virgen Extra, Laurel Polvo Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta |
| **26**<br>Macarrones Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco<br>Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta | **27**<br>Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>Merluza al Horno en Salsa Merluza Filete C/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco, Sal Yodada<br>Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **28**<br>Ensalada de Lechuga y Tomate (1º plato) Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>Albóndigas de Cerdo con Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural<br>***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta | **29**<br>Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco<br>Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta | **30**<br>Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Abadejo al Horno a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego<br>Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Aceiga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Pasta + Ave + Lácteo o Fruta |
| **2** FESTIVO<br>Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco<br>Estofado de Cerdo en Salsa con Verduras Ensaladilla, Cerdo Dado Cong, Agua, Tomate Frito Eco<br>Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta | **3**<br>Espaguetis Sin Gluten con Tomate Espaguetti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Patata + Carne + Lácteo o Fruta | **4**<br>Ensalada de Tomate (1º) Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Patatas Panaderas al Horno a la Provenzal Patata Panadera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo Hoja Eco, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural<br>***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta | **5**<br>Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco<br>Merluza a La Plancha al Ajo y Perejil Merluza Filete C/p, Patata Dado 10x12 Eco_eduardo Sanz, Aceite Oliva Virgen Extra, Ajo Picado Eco<br>Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada<br>PAN BLANCO<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta | **6**<br>Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada<br>Contramuslo de Pollo al Horno en Salsa Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco<br>Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º<br>PAN INTEGRAL<br>Fruta de Temporada<br>***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo o Fruta |