



Menú sin gluten

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan sin gluten	Espaguetis sin gluten con verduras (salsa tomate, calabacín, berenjena) Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan sin gluten	Judías verdes con patatas al vapor Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan sin gluten	Sopa de ave con pasta sin gluten Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Yogur natural y pan sin gluten
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones sin gluten con salsa de tomate Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan sin gluten	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan sin gluten	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan sin gluten
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan sin gluten	Verduras a la provenzal salteadas (calabacín, calabaza, cebolla) Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin gluten	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Ensalada de garbanzos con vinagreta de verduras Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Espaguetis s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan sin gluten
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin gluten

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Espaguetis sin gluten con verduras (salsa tr									9					
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes con patatas al vapor														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada					4									
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceitu			3	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con pasta sin gluten									9			12		
			Segundo	Filete de pollo a la plancha														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate									9					
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Revuelto de calabacín salteado			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Muslo de pavo asado														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Verduras a la provenzal salteadas (calabaci														
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cal														14
			Segundo	Ensalada de garbanzos con vinagreta de vei														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis s/gluten, s/huevo, s/trazas de s												12		
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9			11		
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo y fideos			3									12		14
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														
			Guarnición	-														



Menú sin huevo

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Espaguetis sin huevo con verduras en salsa de tomate Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada con pimientos asados y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos sin huevo Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones sin huevo en salsa de tomate casera Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Filete de ternera con salsa de zanahorias Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis sin huevo aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin huevo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin huevo	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														
			Segundo	Pavo asado encebollado														14
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Espaguetis sin huevo con verduras en salsa	1								9		11			
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero	1													
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										
			Guarnición	Ensalada con pimientos asados y aceitunas														14
	Semana 2	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos sin huevo	1								9		11			
			Segundo	Filete de pollo a la plancha														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Lunes	Primero	Macarrones sin huevo en salsa de tomate casero	1								9		11			
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Bacalao al horno				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias blancas a la boloñesa de soja	1							8	9	10				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante)														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Muslo de pavo asado														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Filete de ternera con salsa de zanahorias														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
	Semana 4	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis sin huevo aglio olio	1	2										12		
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
		Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate casero	1								9		11			
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
	Semana 5	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, champiñones)	1	2	3						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y cebolla	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 6	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito casero														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
	Semana 7	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos sin huevo	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														
			Guarnición	-														



Menú sin lactosa

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Espaguetis con verduras (salsa tomate, calabacín, berenjena) Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Yogur de soja y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana con aceitunas Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin lactosa

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Espaguetis con verduras (salsa tomate, cal	1								9		11			
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceit			3	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos	1								9		11	12		
			Segundo	Filete de pollo a la plancha														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit	1								9		11			14
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Revuelto de calabacín salteado			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Muslo de pavo asado														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cal														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales aglio olio			3									12		14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo			3									12		14
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin lactosa (sí trazas)

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur de soja y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana con aceitunas Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin lactosa (sí trazas)

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	PISTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin lactosa (sí trazas)	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	3						9		11	12		14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceit			3	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos	1								9		11	12		
			Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		3											
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit	1								9		11			14
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	3	4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Muslo de pavo asado														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cal														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales aglio olio			3									12		14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo			3									12		14
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	3						9					14
			Guarnición	-														



Menú sin lactosa (sí derivados lácteos)

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Espaguetis con verduras (salsa tomate, calabacín, berenjena) Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Yogur de soja y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana con aceitunas Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin lactosa (sí derivados lácteos)

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos													
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin lactosa (sí derivados lácteos)	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														14
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Espaguetis con verduras (salsa tomate, cal	1								9		11			
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceit			3	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos	1								9		11	12		
			Segundo	Filete de pollo a la plancha														
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit	1								9		11			14
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Revuelto de calabacín salteado			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Muslo de pavo asado														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cal														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales aglio olio			3									12		14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo			3									12		14
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	3						9					14
			Guarnición	-														



Menú sin lentejas, guisantes, kiwi

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Judías verdes con patatas al vapor Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana con aceitunas Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Arroz salteado con zanahoria Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Verduras a la provenzal salteadas (calabacín, calabaza, cebolla) Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Nuggets de pollo fritos Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin lentejas, guisantes, kiwi

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CALAMARES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MORAZA	ARROZ	ALTRAMUZES	SULFITOS
sin lentejas, guiso	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	3				9						14	
Guarnición			Patatas dado fritas															14
	Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	3						9			11	12		14
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc															14
Guarnición		Tomate aliñado																14
	Miércoles	Primero	Judías verdes con patatas al vapor															
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3												14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz																14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
		Segundo	Merluza al horno en piperrada				4											14
Guarnición		Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceite			3	4												14
	Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			3										12		14
		Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		3												14
Guarnición		Patatas dado fritas																14
Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceite	1								9			11			14
		Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	3				9			11	12				14
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza															
		Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	3	4	5	6									14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz																14
	Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas															
		Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
Guarnición		Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1	2	3													14
	Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14
		Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi															
Guarnición		Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Viernes	Primero	Arroz salteado con zanahoria															
		Segundo	Limanda en salsa de tomate				4											14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate																14
Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor															
		Segundo	Hamburguesa a la plancha			2	3				9							14
Guarnición		Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Martes	Primero	Verduras a la provenzal salteadas (calabaci															
		Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3												
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera															
		Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4											14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate																14
	Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
		Segundo	Taco de verduras superfood	1						9			11					14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	3						9			11			14
		Segundo	Nuggets de pollo fritos	1	2	3	4	5	6		9							14
Guarnición		Patatas asadas con ajo y perejil																
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9			11			
		Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1														
Guarnición		Patatas cocidas a la gallega																
	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras															
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3				9								14
Guarnición		Tomate con aliño de albahaca fresca																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9						14
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimienta y ceboll	1		3	4											14
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras															
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.															
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	-															
		Segundo	-															
Guarnición		-																
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
		Segundo	Tortilla de patata			3												
Guarnición		Tomate aliñado																14
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10		11	12		
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4											
Guarnición		Patatas cocidas a la gallega																
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito casero															
Guarnición		-																
	Jueves	Primero	Arroz salteado con cebolla y maíz															14
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo															14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			3												
		Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	3				9								14
Guarnición		-																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin alubias blancas, nuez

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana con aceitunas Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Coliflor al horno Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca y pan	Ensalada de lentejas Crema de brócoli y zanahoria Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin alubias blancas, nuez

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS
sin alubias blanca	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	5					9					14	
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	5							9		11	12		14
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc															
		Guarnición	Tomate aliñado															14
	Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1														
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
		Segundo	Merluza al horno en piperrada				4											
		Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceite			5	4											14
	Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			5										12		14
		Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		5												
		Guarnición	Patatas dado fritas															14
Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceite	1									9		11			14
		Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	5						9		11	12			14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
	Martes	Primero	Coliflor al horno															
		Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	5	4	5	6									14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas															
		Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
		Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	5												14
	Jueves	Primero	Ensalada de lentejas	1														14
		Segundo	Crema de brócoli y zanahoria															14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
	Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante															
		Segundo	Limanda en salsa de tomate				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor															
		Segundo	Hamburguesa a la plancha		2	5							9					14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas															14
	Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
		Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera															
		Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
	Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
		Segundo	Taco de verduras superfood	1									9		11			14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	5							9		11			
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha															
		Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil															
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1									9		11			
		Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1														
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras															
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5						9						14
		Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca															14
	Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5							9					14
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
	Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras															
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Viernes	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	-															
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
		Segundo	Tortilla de patata			5												
		Guarnición	Tomate aliñado															14
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2								9	10	11	12		
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4											
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14
		Segundo	Ensalada campera (patata, tomate, pimient	1	2	5	4											14
		Guarnición	-															
	Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras															
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo															14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			5												
		Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	5							9					14
		Guarnición	-															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin soja, pollo, kiwi, piña, meloc, melón y f.secos

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Espaguetis s/trazas de soja con verduras en salsa de tomate Salmón al horno con eneldo Tomate aliñado Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Sopa de verduras con fideos s/trazas de soja Cinta de lomo a la plancha Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones s/trazas de soja en salsa de tomate Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Judías verdes rehogadas Picadillo de tomate con atún y huevo Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Ensalada de garbanzos con vinagreta de verduras Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, piña, meloc y melón) y pan integral	Espaguetis s/trazas de soja aglio olio Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin soja, pollo, kiwi, piña, me

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS
sin soja, pollo, kiw	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														14
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Espaguetis s/trazas de soja con verduras e	1	2									11			14
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4										14
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Aroz integral con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										14
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceitu			5	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de verduras con fideos s/trazas de soj	1													14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														14
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones s/trazas de soja en salsa de tor	1	2									11			14
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														14
			Segundo	Revuelto de calabacín salteado			5											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														14
			Segundo	Picadillo de tomate con atún y huevo			5	4										14
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														14
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														14
			Segundo	Muslo de pavo asado														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													14
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Aroz con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala														14
			Segundo	Ensalada de garbanzos con vinagreta de vei														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis s/trazas de soja aglio olio	1	2										12		14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														14
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			14
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													14
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														14
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras	1	2	5						9					14
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5											14
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
		Miércoles	Primero	Aroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5						9					14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	-														14
			Segundo	-														14
			Guarnición	-														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													14
			Segundo	Tortilla de patata			5											14
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		14
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										14
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														14
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser														14
			Guarnición	-														14
		Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														14
			Segundo	Muslo de pavo asado														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Sopa de verduras con picadillo de huevo y f	1	2									11			14
			Segundo	Ternera en caldo corto con patata y zanahor														14
			Guarnición	-														14

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin gluten, lactosa, huevo, soja, lentejas, garbanzos, alubia, pescado.

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05 VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro)	Patatas salteadas con calabacín	Coditos s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja en salsa de verduras	Arroz integral salteado con champiñones	Sopa de verduras con fideos s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja.
Guisantes con zanahoria	Verduras a la provenzal salteadas (calabacín, calabaza, cebolla)	Judías verdes con patatas al vapor	Espinacas salteadas	Berenjena a la plancha
Patatas dado fritas	Zanahoria en bastones	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Patatas dado fritas
Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten
08	09	10	11	12
Macarrones s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja en salsa de zanahoria	Coliflor al horno	Judías verdes rehogadas	Crema de brócoli y zanahoria	Arroz salteado con zanahoria
Calabacín con champiñones salteados con ajo y perejil	Espinacas salteadas	Asadillo de pimientos rojos	Setas salteadas al ajillo	Guisantes salteados con cebolla
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asada con ajo y tomillo	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor	Ensalada de patata, pimiento, cebolla y aceitunas	Arroz con calabaza y calabacín	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja aglio olio
Guisantes con zanahoria	Verduras a la provenzal salteadas (calabacín, calabaza, cebolla)	Acelgas salteadas con cebolla, ajo y pimentón	Judías verdes salteadas al ajillo con pimientos	Calabaza salteada con puerro
Ensalada de lechuga y aceitunas	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada verde (lechuga, pepino, pimiento verde)	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y perejil
Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten	Fruta fresca (excepto manzana) y pan sin gluten
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin gluten, lactosa, huevo, s...

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	PISTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin gluten, lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														1.4
			Segundo	Guisantes con zanahoria														
			Guarnición	Patatas dado fritas														1.4
		Martes	Primero	Patatas salteadas con calabacín			3											
			Segundo	Verduras a la provenzal salteadas (calabaci														
			Guarnición	Zanahoria en bastones														
		Miércoles	Primero	Coditos s/gluten, s/huevo, s/trazas de soja											11			1.4
			Segundo	Judías verdes con patatas al vapor														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														1.4
		Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones														
			Segundo	Espinacas salteadas														
			Guarnición	Ensalada con pimientos asados y aceitunas														1.4
		Viernes	Primero	Sopa de verduras con fideos s/gluten, s/hue														
			Segundo	Berenjena a la plancha														
			Guarnición	Patatas dado fritas														1.4
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones s/gluten, s/huevo, s/trazas de s											11			1.4
			Segundo	Calabacín con champiñones salteados con														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														1.4
		Martes	Primero	Coliflor al horno														
			Segundo	Espinacas salteadas														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														1.4
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Asadillo de pimientos rojos														
			Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														1.4
			Segundo	Setas salteadas al ajillo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														1.4
		Viernes	Primero	Arroz salteado con zanahoria														
			Segundo	Guisantes salteados con cebolla														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														1.4
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Guisantes con zanahoria														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														1.4
		Martes	Primero	Ensalada de patata, pimiento, cebolla y ace	1	2	3											1.4
			Segundo	Verduras a la provenzal salteadas (calabaci														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														1.4
		Miércoles	Primero	Arroz con calabaza y calabacín														
			Segundo	Acelgas salteadas con cebolla, ajo y pimen														
			Guarnición	Ensalada verde (lechuga, pepino, pimiento														1.4
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala														1.4
			Segundo	Judías verdes salteadas al ajillo con pimien														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														1.4
		Viernes	Primero	Espaguetis s/gluten, s/huevo, s/trazas de s												12		
			Segundo	Calabaza salteada con puerro														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					1.4
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														1.4
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					1.4
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														1.4
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														1.4
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata			3											
			Guarnición	Tomate aliñado														1.4
		Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4										
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														1.4
			Segundo	Boniato asado														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Arroz salteado con cebolla y maíz														1.4
			Segundo	Guisantes salteados con cebolla														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														1.4
		Viernes	Primero	Sopa de verduras con fideos s/gluten, s/hue														
			Segundo	Patata hervida con col y zanahoria											11			1.4
			Guarnición	-														



Menú sin gluten, pescado

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca y pan sin gluten	Espaguetis sin gluten con verduras (salsa tomate, calabacín, berenjena) Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan sin gluten	Judías verdes con patatas al vapor Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate casera Magro con salsa de zanahorias Ensalada con pimientos asados y aceitunas Fruta fresca y pan sin gluten	Sopa de ave con pasta sin gluten Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Yogur natural y pan sin gluten
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones sin gluten con salsa de tomate Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas asada con ajo y tomillo Fruta fresca y pan sin gluten	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan sin gluten	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Cinta de lomo con especias Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan sin gluten
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan sin gluten	Verduras a la provenzal salteadas (calabacín, calabaza, cebolla) Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	Arroz con salsa de tomate casera Pollo salteado con verduras (calabacín, pimiento, zanahoria) Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin gluten	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Ensalada de garbanzos con vinagreta de verduras Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Espaguetis sin gluten aglio-olio (ajo, pimentón) Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan sin gluten
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin gluten, pescado

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS	
sin gluten, pescad	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14	
			Segundo	Pavo asado encebollado															
			Guarnición	Patatas dado fritas															14
	Martes	Primero	Espaguetis sin gluten con verduras (salsa t									9							
		Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc																
		Guarnición	Tomate aliñado															14	
	Miércoles	Primero	Judías verdes con patatas al vapor																
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																
		Segundo	Magro con salsa de zanahorias																14
		Guarnición	Ensalada con pimientos asados y aceituna:																14
	Viernes	Primero	Sopa de ave con pasta sin gluten									9			12				
		Segundo	Filete de pollo a la plancha																14
		Guarnición	Patatas dado fritas																14
Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate									9							
		Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza																
		Segundo	Revuelto de calabacín salteado			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas																
		Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil																
		Guarnición	Patatas asada con ajo y tomillo																
	Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14	
		Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante																
		Segundo	Cinta de lomo con especias																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																14
Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor																
		Segundo	Muslo de pavo asado																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Martes	Primero	Verduras a la provenzal salteadas (calabaci																
		Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera																
		Segundo	Pollo salteado con verduras (calabacín, pirr																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																14
	Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cal															14	
		Segundo	Ensalada de garbanzos con vinagreta de vei															14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	Espaguetis sin gluten aglio-olio (ajo, piment									9							
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha																
		Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil																
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9			11				
		Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1															
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																
	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras																
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1		2	3					9							14
		Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1		2	3					9						14	
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1			3	4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14
	Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras																
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
		Segundo	Tortilla de patata			3													
		Guarnición	Tomate aliñado																14
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1		2						9		10	11	12			
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4												
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14	
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser																
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras																
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo y fideos			3										12		14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																
		Guarnición	-																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin marisco, crustáceos

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Magro con salsa de zanahorias Ensalada con pimientos asados y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Sopa de estrellitas Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Cinta de lomo con especias Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Pollo salteado con verduras (calabacín, pimiento, zanahoria) Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin marisco, crustáceos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato		GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS	
sin marisco, crust:	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14	
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	5					9						14		
			Guarnición	Patatas dado fritas															14	
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	5						9			11	12		14	
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc																
			Guarnición	Tomate aliñado																14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5													14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																
			Segundo	Magro con salsa de zanahorias																
			Guarnición	Ensalada con pimientos asados y aceituna:																14
	Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			5												12	14	
		Segundo	Filete de pollo a la plancha																	
		Guarnición	Patatas dado fritas																14	
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1										9		11			
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	5						9			11	12		14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza																
			Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	5	4	5	6										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas																
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	5													14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria																
			Segundo	Alubias blancas a la boloñesa de soja	1									8	9	10				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante																	
		Segundo	Cinta de lomo con especias																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																14	
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor																
			Segundo	Hamburguesa a la plancha			2	5						9						14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera																
			Segundo	Pollo salteado con verduras (calabacín, piri																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala																14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1										9			11		14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14
	Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	5								9			11			
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha																	
		Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil																	
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1										9			11		
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1															
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																
Martes		Primero	Potaje de alubias blancas con verduras																	
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5							9						14	
		Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca																14	
Miércoles		Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5								9					14	
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14	
Jueves		Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras																	
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14	
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
	Guarnición	-																		
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
		Segundo	Tortilla de patata			5														
		Guarnición	Tomate aliñado																14	
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2									9	10		11	12		
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																	
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro																14	
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser																	
		Guarnición	-																	
	Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras																14	
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																	
Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			5															
	Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	5								9					14		
	Guarnición	-																		

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú marisco, kiwi, plátano y fresa

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Magro con salsa de zanahorias Ensalada con pimientos asados y aceitunas Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Sopa de estrellitas Filete de pollo a la plancha Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Cinta de lomo con especias Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Pollo salteado con verduras (calabacín, pimiento, zanahoria) Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi, plátano y fresa) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú marisco, kiwi, plátano y fresa

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin cerdo, alim dulces, melón

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Pavo asado encebollado Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto melón) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Sopa de ave con fideos Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Filete de pavo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto melón) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Muslo de pavo asado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto melón) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Nuggets de pollo fritos Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin cerdo, alim dulces, melón

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin cerdo, alim dul	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Pavo asado encebollado														14
		Martes	Guarnición	Patatas dado fritas														14
			Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	3					9			11	12		14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														14
		Miércoles	Guarnición	Tomate aliñado														14
			Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			3											14
		Jueves	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
			Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										14
		Viernes	Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceitu			3	4										14
			Primero	Sopa de ave con fideos	1							9			11	12		14
			Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		3											14
	Semana 2	Lunes	Guarnición	Patatas dado fritas														14
			Primero	Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1							9			11			14
			Segundo	Filete de pavo en salsa de tomate														14
		Martes	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
			Primero	Alubias estofadas con calabaza														14
			Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	3	4	5	6								14
		Miércoles	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
			Primero	Judías verdes rehogadas														14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														14
		Jueves	Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	3											14
			Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias blancas a la boloñesa de soja	1							8	9	10				14
	Semana 3	Lunes	Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
			Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														14
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										14
		Martes	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
			Primero	Brócoli al vapor														14
			Segundo	Muslo de pavo asado														14
		Miércoles	Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
			Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													14
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			3											14
		Jueves	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
			Primero	Arroz con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										14
	Semana 4	Lunes	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
			Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1							9			11			14
		Martes	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
			Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	3					9			11			14
			Segundo	Nuggets de pollo fritos	1	2	3	4	5	6		9						14
		Miércoles	Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														14
			Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1							9			11			14
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1													14
		Jueves	Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														14
			Primero	Potaje de alubias blancas con verduras														14
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	3					9						14
	Semana 5	Lunes	Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14
			Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3					9						14
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										14
		Martes	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
			Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.														14
		Miércoles	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
			Primero	-														14
			Segundo	-														14
		Jueves	Guarnición	-														14
			Primero	Arroz caldoso con verduras														14
			Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
	Semana 6	Viernes	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
			Primero	Sopa de ave con picadillo de huevo			3								12			14
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14



Menú sin melón

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto melón) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto melón) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto melón) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Nuggets de pollo fritos Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin melón

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato		GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS		
sin melón	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14		
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	5						9					14			
			Guarnición	Patatas dado fritas															14		
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	5						9			11	12		14		
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc																	
			Guarnición	Tomate aliñado																14	
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casi	1																
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14	
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	
			Segundo	Merluza al horno en piperrada					4												
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceite			5		4											14	
		Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			5												12		14
			Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		5														
			Guarnición	Patatas dado fritas																14	
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1										9			11		14	
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	5						9			11	12		14		
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14	
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza																	
			Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	5	4	5	6										14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14	
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas																	
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil																	
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1	2	5													14	
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria																	
			Segundo	Alubias blancas a la boloñesa de soja	1									8	9	10				14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante																	
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																14	
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor																	
			Segundo	Hamburguesa a la plancha		2	5							9					14		
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas															14		
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14		
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera																	
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14		
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala																	
			Segundo	Taco de verduras superfood	1										9			11		14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14	
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	5							9				11		14	
			Segundo	Nuggets de pollo fritos	1	2	5	4	5	6				9						14	
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil																	
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1									9				11		14	
			Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1																
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																	
		Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras																	
			Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5							9					14		
			Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca															14		
		Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5							9					14		
			Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4													
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14	
		Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras																	
			Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.																	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																14	
		Viernes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
			Guarnición	-																	
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1																	
		Segundo	Tortilla de patata			5															
		Guarnición	Tomate aliñado															14			
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2								9	10		11	12				
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4														
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																		
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro																		
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser																		
		Guarnición	-															14			
	Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras																		
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14			
	Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			5															
		Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	5							9					14			
		Guarnición	-																		

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin frutos secos, fruta pelada

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (toda la fruta se consumirá pelada) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin frutos secos, fruta pelada

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin melón, sandía y cacahuete

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Guiso de ternera (sauerbraten) Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto sandía y melón) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin melón, sandía y cacahuetes

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS
sin melón, sandía	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	5				9						14	
			Guarnición	Patatas dado fritas													14	
	Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	5				9			11	12			14	
Segundo		Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc																
Guarnición		Tomate aliñado															14	
Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1															
	Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5													14
	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																14
	Segundo	Guiso de ternera (sauerbraten)	1												12			14
	Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceite			5	4												14
Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			5										12			14
	Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		5													
	Guarnición	Patatas dado fritas																14
Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1								9			11			14
		Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	5				9			11	12			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
	Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza															
		Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	5	4	5	6									14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas															
		Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
		Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	5												14
	Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14
		Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
	Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante															
		Segundo	Limanda en salsa de tomate				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
Segundo			Hamburguesa a la plancha		2	5				9								14
Guarnición			Ensalada de lechuga y aceitunas															14
Martes		Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
		Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
Miércoles		Primero	Arroz con salsa de tomate casera															
		Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
Jueves		Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
		Segundo	Taco de verduras superfood	1						9					11			14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
Viernes		Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	5				9					11			
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha															
		Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil															
Semana 4		Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1							9				11		
	Segundo		Ragout de magro al estilo tradicional	1														
	Guarnición		Patatas cocidas a la gallega															
	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras															
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5				9								14
		Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca															14
	Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5				9								14
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
	Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras															
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
	Viernes	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	-															
	Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
Segundo			Tortilla de patata			5												
Guarnición			Tomate aliñado															14
Martes		Primero	Macarrones con bechamel	1	2					9			10		11	12		
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4											
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
Miércoles		Primero	Crema de calabacín y puerro															14
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser															
		Guarnición	-															
Jueves		Primero	Arroz caldoso con verduras															14
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo															14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															
Viernes		Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			5												
		Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	5				9								14
		Guarnición	-															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin melón, sandía, plátano, dar ciruela con yogur, meloc pelado

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto melón, sandía, plátano, meloc pelado, dar ciruela)	Espaguetis integrales al pesto Nuggets de pollo fritos Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin melón, sandía, plátano, d

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
sin melón, sandía, Semana 1	Lunes	Primero		Crema parmentiere (patata, puerro)														14
		Segundo		Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	3						9					14
		Guarnición		Patatas dado fritas														14
	Martes	Primero		Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	3						9		11	12		14
		Segundo		Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														14
		Guarnición		Tomate aliñado														14
	Miércoles	Primero		Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													
		Segundo		Tortilla de patata y cebolla horno			3											
		Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz														14
	Jueves	Primero		Arroz integral con salsa de tomate casera					4									
		Segundo		Merluza al horno en piperrada				4										
		Guarnición		Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceitu			3	4										14
	Viernes	Primero		Sopa de estrellitas			3									12		14
		Segundo		Escalope de pollo empanado frito	1		3											
		Guarnición		Patatas dado fritas														14
Semana 2	Lunes	Primero		Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1								9		11			
		Segundo		Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	3						9		11	12		14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria														14
	Martes	Primero		Alubias estofadas con calabaza														
		Segundo		Revuelto de bacalao con patatas	1	2	3	4	5	6								14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz														14
	Miércoles	Primero		Judías verdes rehogadas														
		Segundo		Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
		Guarnición		Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	3											14
	Jueves	Primero		Crema de brócoli y zanahoria														14
		Segundo		Alubias blancas a la boloñesa de soja	1							8	9	10				14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y remolacha														14
	Viernes	Primero		Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
		Segundo		Limanda en salsa de tomate				4										
		Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate														14
Semana 3	Lunes	Primero		Brócoli al vapor														
		Segundo		Hamburguesa a la plancha		2	3						9					14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y aceitunas														14
	Martes	Primero		Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
		Segundo		Huevos duros con pisto manchego			3											
		Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria														14
	Miércoles	Primero		Arroz con salsa de tomate casera														
		Segundo		Abadejo al horno con eneldo				4										
		Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate														14
	Jueves	Primero		Crema suave de calabacín, zanahoria y cal														14
		Segundo		Taco de verduras superfood	1								9		11			14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz														14
	Viernes	Primero		Espaguetis integrales al pesto	1	2	3						9		11			
		Segundo		Nuggets de pollo fritos	1	2	3	4	5	6			9					14
		Guarnición		Patatas asadas con ajo y perejil														
Semana 4	Lunes	Primero		Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11			
		Segundo		Ragout de magro al estilo tradicional	1													
		Guarnición		Patatas cocidas a la gallega														
	Martes	Primero		Potaje de alubias blancas con verduras														
		Segundo		Revuelto de pavo con patatas	1	2	3						9					14
		Guarnición		Tomate con aliño de albahaca fresca														14
	Miércoles	Primero		Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	3						9					14
		Segundo		Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		3	4										
		Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria														14
	Jueves	Primero		Guiso de patatas con sofrito de verduras														
		Segundo		Meloso de garbanzos con verduritas.														
		Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz														14
	Viernes	Primero		-														
		Segundo		-														
		Guarnición		-														
Semana 5	Lunes	Primero		Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
		Segundo		Tortilla de patata			3											
		Guarnición		Tomate aliñado														14
	Martes	Primero		Macarrones con bechamel	1	2							9	10	11	12		
		Segundo		Merluza en salsa de tomate casera				4										
		Guarnición		Patatas cocidas a la gallega														
	Miércoles	Primero		Crema de calabacín y puerro														14
		Segundo		Alubias blancas guisadas con sofrito casero														
		Guarnición		-														
	Jueves	Primero		Arroz caldoso con verduras														
		Segundo		Jamoncito de pollo asado en su jugo														14
		Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz														14
	Viernes	Primero		Sopa de cocido con picadillo de huevo			3											
		Segundo		Cocido completo estofado (garbanzo, terme	1	2	3						9					14
		Guarnición		-														



Menú sin kiwi

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Natillas de chocolate y pan MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
08	09	10	11	12
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias blancas a la boloñesa de soja Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (excepto kiwi) y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca (excepto kiwi) y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Nuggets de pollo fritos Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin kiwi

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin nuez

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Listado de alérgenos por plato para el Menú sin nuez

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos													
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUNCES	SULFITOS
sin nuez	Semana 1	Lunes	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)													14	
			Segundo	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (r	1	2	5						9				14	
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	5					9		11	12		14	
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas prc														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas ecológico con sofrito cas	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno			5											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada				4										
			Guarnición	Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceite			5	4										14
		Viernes	Primero	Sopa de estrellitas			5								12			14
			Segundo	Escalope de pollo empanado frito	1		5											
			Guarnición	Patatas dado fritas														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana (salsa tor	1								9		11			14
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	5					9		11	12			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Alubias estofadas con calabaza														
			Segundo	Revuelto de bacalao con patatas	1	2	5	4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Judías verdes rehogadas														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	1	2	5											14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con verduras (cebolla, pi														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de arroz eco con verduritas (guisante														
			Segundo	Limanda en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Hamburguesa a la plancha		2	5					9						14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego			5											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														
			Segundo	Abadejo al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala														14
			Segundo	Taco de verduras superfood	1							9		11				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto	1	2	5					9		11				
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y perejil														
Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones ecológicos con salsa de tomate	1								9		11				
		Segundo	Ragout de magro al estilo tradicional	1														
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
	Martes	Primero	Potaje de alubias blancas con verduras															
		Segundo	Revuelto de pavo con patatas	1	2	5					9						14	
		Guarnición	Tomate con aliño de albahaca fresca														14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1	2	5					9						14	
		Segundo	Abadejo con rebozado de pimiento y ceboll	1		5	4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14	
	Jueves	Primero	Guiso de patatas con sofrito de verduras															
		Segundo	Meloso de garbanzos con verduritas.															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14	
	Viernes	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	-															
Semana 5	Lunes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
		Segundo	Tortilla de patata			5												
		Guarnición	Tomate aliñado														14	
	Martes	Primero	Macarrones con bechamel	1	2						9	10	11	12				
		Segundo	Merluza en salsa de tomate casera				4											
		Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
	Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14	
		Segundo	Alubias blancas guisadas con sofrito caser															
		Guarnición	-															
	Jueves	Primero	Arroz caldoso con verduras														14	
		Segundo	Jamoncito de pollo asado en su jugo														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14	
	Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo			5												
		Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1	2	5					9						14	
		Guarnición	-															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.



Menú sin frutos secos

CEIP HERMANOS GARCÍA NOBLEJAS

JUNIO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	VA POR VOSOTROS
Crema parmentiere (patata, puerro) Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera (menestra) Patatas dado fritas Fruta fresca y pan	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales Tomate aliñado Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológico con sofrito casero Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza al horno en piperrada Ensalada murciana (tomate, cebolla, aceituna, huevo, atún) Fruta fresca y pan integral	Sopa de estrellitas Escalope de pollo empanado frito Patatas dado fritas Yogur natural y pan
08	09	10	11	MENÚ SELECCIONADO POR EL ALUMNADO DE 6º
Macarrones integrales napolitana (salsa tomate, orégano) Magro de cerdo en salsa aromática Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Alubias estofadas con calabaza Revuelto de bacalao con patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Judías verdes rehogadas Filete de pollo al horno con ajo y perejil Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo) Fruta fresca y pan	Crema de brócoli y zanahoria Alubias salteadas con verduras (cebolla, pimiento) Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan integral	Paella de arroz eco con verduritas (guisante, calabacín) Limanda en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural y pan
15	16	17	18	19
Brócoli al vapor Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan integral	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla Huevos duros con pisto manchego Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate casera Abadejo al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Espaguetis integrales al pesto Cinta de lomo a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 	Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, pera, naranja, mandarina y plátano/banana. <i>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.</i>
29	30			
VACACIONES DE VERANO 	VACACIONES DE VERANO 			

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.