

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Cuscutáceas Huevos Pescado Cebollas Soja Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos
cáscara



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
5					6					7					8					9				
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)					Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7)					Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)					Brócoli rehogado con ajo y cebollita					Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)				
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)					Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria					Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)					Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)					Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)					Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)				
kcal 770	Líp 26,0	Prot 50,5	HdC 84		kcal 610	Líp 15,7	Prot 26,0	HdC 91		kcal 622	Líp 22,5	Prot 19,1	HdC 86		kcal 679	Líp 32,1	Prot 24,2	HdC 73		kcal 656	Líp 21,9	Prot 22,1	HdC 93	
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"																								
12					13					14					15 - Día del Lavado de Manos					16				
					Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)					Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)					Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)					Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla				
Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)					Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)					Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)					Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñadas gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)					Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporal (*)				
kcal 683	Líp 17,2	Prot 33,5	HdC 98		kcal 675	Líp 12,1	Prot 21,4	HdC 120		kcal 722	Líp 19,3	Prot 22,4	HdC 115		kcal 647	Líp 22,6	Prot 37,6	HdC 73		kcal 647	Líp 22,6	Prot 37,6	HdC 73	
19					20					21 - Día de la Manzana					22					23				
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada) (queso rallado) (1,6,7,10)					Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)					Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)					Puré de calabacín y puerros					Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)				
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga					Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)					Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada					Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)					Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)					Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)				
kcal 756	Líp 28,9	Prot 44,3	HdC 80		kcal 727	Líp 14,1	Prot 35,3	HdC 115		kcal 653	Líp 20,7	Prot 17,1	HdC 100		kcal 668	Líp 19,4	Prot 30,4	HdC 93		kcal 656	Líp 21,9	Prot 22,1	HdC 93	
26					27					28 - Día del Judo					29					30				
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)					Guisantes rehogados con cebolla y ajo					Rollitos de primavera al horno (1)					Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)					Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)				
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)					Huevos fritos con patatas dado al horno (3)					Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y					Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)					Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada				
Fruta de temporada					Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)					Fruta de temporada (*)					Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)					Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporal (*)				
kcal 717	Líp 24,0	Prot 27,5	HdC 98		kcal 725	Líp 41,4	Prot 30,0	HdC 58		kcal 624	Líp 9,6	Prot 22,1	HdC 112		kcal 742	Líp 22,4	Prot 34,4	HdC 101		kcal 667	Líp 16,6	Prot 36,5	HdC 93	

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin plátano

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO PLÁTANO) en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin melocotón

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO MELOCOTÓN) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin melón

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, PROTEINA VEGETAL , pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO MELÓN) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin sandía

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)	Guisantes rehogados con cebolla y ajo	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO SANDÍA) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin fresas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo,perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza,pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO FRESAS) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin piña

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada (NO PIÑA) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin pepino

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados volantes

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio.	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo con con gajos de tomate salpimentados y AOVE	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo,perejil, queso rallado) (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	"Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzo con ensalada de lechuga y cebolla	Fajitas de verdura y soja texturizada al horno con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza,pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	"Tortilla" de queso (7) elaborada con harina de garbanzo con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	"Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo con patatas dado al horno	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrica. El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin gluten

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

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Cereales Huesos Pescado Cacahute Soja Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Moluscos cáscara



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pasta esp.sin alergenos al aglio e olio	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Cinta de lomo fresca con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Pasta esp.sin alergenos a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (7)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor al horno (harina de maíz)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada (4)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (pasta esp.sin alergenos)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin leche bebida con lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo,perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza,pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	<u>Rodajas de calabacín orly caseras (harina de maíz)</u>	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	<u>Macarrones integrales a la sorrentina sin queso rallado (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil) (1,3,6,10)</u>	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimienta verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
<u>Coliflor al horno (harina de maíz)</u>	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro)	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos (3) con ensalada variada	<u>Ragout de pavo salteado con toque de curry (curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas</u>	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y bebida de soja (6)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1)	<u>Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)</u>	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Postre de soja (6,8) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin carne de cerdo

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	<u>Complemento del cocido sin carne de cerdo:</u> garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	<u>Filete de pollo con patatas panaderas aliñás:</u> gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	<u>Complemento del cocido sin carne de cerdo:</u> garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin marisco

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de merluza a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (4)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de merluza al horno con ajo y pimentón con ensalada (4)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebosado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)	Guisantes rehogados con cebolla y ajo	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

MENÚ OCTUBRE 2026

Sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Hamburguesa de ternera al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (10,11,12)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac, oliva)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de pollo al horno con ajo y pimentón con ensalada	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac,oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac,oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla
	Hamburguesa de ternera al horno con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (10,11,12)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñadas gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac, oliva)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de pollo al horno con ensalada	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)	Guisantes rehogados con cebolla y ajo	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de pollo a la naranja con ensalada	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac,oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Hamburguesa de ternera al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin lentejas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin judías verdes

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Crema de calabaza y zanahoria
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, PROTEÍNA VEGETAL , pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Brócoli rehogado con ajito y cebollita DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras sin legumbre rehogada (zanahoria, pimiento verde y rojo, coliflor)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin brócoli

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7)	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo,perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, , pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollito, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo)	Patatas marineras (merluza,pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1)	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin embutido

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutas Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Alérgenos



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajito y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido sin chorizo: <u>garbanzos, ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata</u>
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6)	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebolleta, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	<u>Arroz 2 delicias</u> (maíz, zanahoria) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) PLATO eco
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10)	Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido sin chorizo: <u>garbanzos, ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata</u>
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
<u>Arroz integral</u> con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito)	Guisantes rehogados con cebolla y ajito	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	<u>Fideuá ECO</u> a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
Filete de salmón a la naranja con ensalada (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y con gajos de tomate aliñados con AOVE y	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin tomate frito

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) (no tomate frito) con patatas dadas al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5 Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria) (no tomate frito) Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (2,4,14) Fruta de temporada y leche (7)	6 Rodajas de calabacín orly caseras (harina de maíz) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Judías pintas estofadas a la hortelana (no tomate frito) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, Ajo, ac. oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	7 Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (no tomate frito) (2,4,14) Tortilla francesa con con gajos de tomate salpimentados y AOVE (3) Fruta de temporada (*)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita Albóndigas de ternera guisadas (no tomate frito) c/patatas bastón fritas (10,11,12) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
 Macarrones integrales salteados con queso (no tomate frito) (cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Macarrones integrales salteados con queso (no tomate frito) (cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (no tomate frito) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, Ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3) Fruta de temporada	Aroz blanco rehogado con ajitos DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada de pico de gallo (tomate, cebolla, pimiento verde y rojo) (6) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada) (queso rallado) (1,6,7,10) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Lentejas ECO estofadas a la campesina (no tomate frito) (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada y leche (7)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (1,4,6,10) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas marineras (no tomate frito) (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12) Huevos revueltos con queso (3,7) con ensalada variada Fruta de temporada (*)	Puré de calabacín y puerros Ragout de pavo al curry (no tomate frito) (nata, curry, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Aroz integral rehogado con ajitos Filete de salmón a la naranja con ensalada (4) Fruta de temporada	Guisantes rehogados con cebolla y ajo Huevos fritos con patatas dadas al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Judías pintas estofadas con verduras (no tomate frito) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, Ajo, ac. oliva) y ensalada (no tomate) Fruta de temporada (*)	Fideuá ECO a la cazuela (no tomate frito) (ragout pollo, cebolla, ajo, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco Filete de merluza al horno con verduras salteadas (calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP PABLO NERUDA - MENÚ OCTUBRE 2026

Sin tomate natural

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

			JUEVES	VIERNES
			1	2
			Spaguettis ECO al aglio e olio (1,3,6,10) PLATO eco	Crema de calabaza y zanahoria DÍA PROTEÍNA VEGETAL
			Filete de fogonero a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (2,4,14)	Falafel (1,9,10) en salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, pimienta, orégano) con patatas dado al horno
			Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9
5	6	7		
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo casero, cebolla, ajo, zanahoria)	Calabacín gratinado al horno (calabacín, tomate, queso rallado y orégano) (7) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Marmitako (caella, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (2,4,14)	Brócoli rehogado con ajo y cebollita	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Filete de rape al horno con ajo y pimentón con ensalada (no tomate) (2,4,14)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria	Tortilla francesa con ensalada (no tomate) (3)	Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, zanahoria, tomate, orégano, ajo, laurel, pimienta negra) c/patatas bastón fritas (10,11,12)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD - "Dos Mundos, Una Mesa"				
12	13	14	15 - Día del Lavado de Manos	16
	Macarrones integrales a la sorrentina (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, perejil, queso rallado) (1,3,6,7,10)	Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva)	Arroz Mexicano Rojo (tomate, cebolla, ajo, cilantro, caldo de pollo casero)	Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla
	Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla (3)	<u>Fajitas de verdura y soja texturizada con ensalada (no tomate)</u> (6) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Cinta de lomo fresca con patatas panaderas aliñás gaditanas (cebollita, perejil, AOVE, vinagre) al horno
	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
19	20	21 - Día de la Manzana	22	23
Coliflor gratinada con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10)	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, fiambre de pavo) PLATO eco	Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)	Puré de calabacín y puerros	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)
Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) ensalada de lechuga DÍA PROTEÍNA VEGETAL	<u>Filete de limanda a la andaluza (rebozado casero) con ensalada (no tomate)</u> (1,4,6,10)	<u>Huevos revueltos con queso</u> (3,7) <u>con ensalada (no tomate)</u>	Ragout de pavo al curry (nata, curry, tomate, cebolla, ajo, pimienta negra) con patatas asadas (7)	Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata PLATO eco
Fruta de temporada y leche (7)	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)
26	27	28 - Día del Judo	29	30
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo)	Guisantes rehogados con cebolla y ajo	Rollitos de primavera al horno (1) DÍA PROTEÍNA VEGETAL	Fideuá ECO a la cazuela (ragout pollo, cebolla, ajo, tomate, pimentón, pimiento rojo, caldo de pollo casero, laurel) (1,3,6,10) PLATO eco	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)
<u>Filete de salmón a la naranja con ensalada (no tomate)</u> (4)	Huevos fritos con patatas dado al horno (3)	<u>Judías pintas estofadas con verduras</u> (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) <u>y con ensalada (no tomate)</u>	Filete de merluza al horno con pisto manchego (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (4)	<u>Contramuslo de pollo al limón al horno con ensalada (no tomate)</u>
Fruta de temporada	Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Fruta de temporada (*)	Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.



grupo_servicatering



Desayunos

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Pan integral tostado con AOVE, galletas o cereales sin azúcares añadidos
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Meriendas

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Bocadillo integral, galletas y/o cereales con o sin cacao
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Cenas

lunes

martes

miércoles

jueves

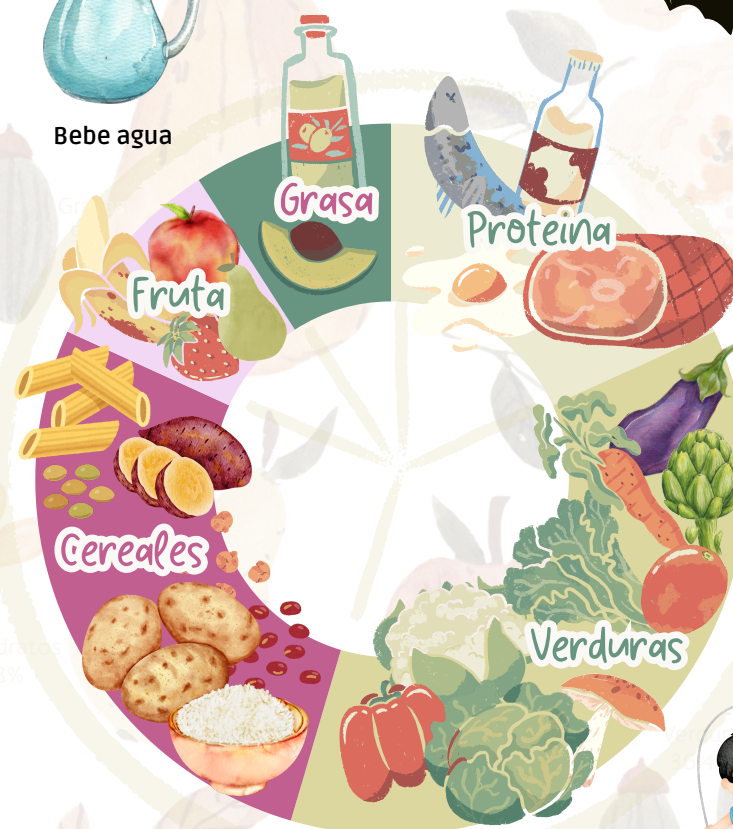
viernes

			01 Crema de calabaza Hamburguesa de pollo en salsa	02 Paninni casero de atún
05 Ensalada de tomate y atún Tortilla francesa de queso	06 Alitas de pollo y ensalada de pico de gallo	07 Pizza de carne con base de coliflor	08 Salmón a la plancha con dados de boniato	09 Merluza y guisantes rehogados con cebollita
FESTIVO 12 	13 Nuggets de pollo caseros con salsa de tomate	14 Dorada al limón con ensalada israelí	15 Acelgas salteadas con huevo y jamón	16 Ensalada Hamburguesa de pescado
19 Filete de ternera a la plancha con bastones de batata	20 Solomillo de pavo en salsa con champiñones	21 Ensalada Quiché de espinacas	22 Sepia al ajillo con chips de calabacín	23 Empanadillas de atún con pisto
26 Tortilla de jamón york con ensalada mediterránea	27 Sopa de fideos con lomos de pescado al horno	28 Ensalada de arroz, pavo y queso	29 Crema de zanahoria Lacón al horno	30 Fish & chips caseros

Los menús son supervisados por Dietistas-Nutricionistas. Se dispone de las fichas de los platos a disposición del consumidor.



Bebe agua



No olvides moverte



ESCANEA nuestro código QR para descubrir la receta de NUESTRA RECETA de cada mes



Central de CATERING

alyre

Adoki

Adoki

