#Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

Proteínas Vegetales - . - Colegios In Situ (Mediterránea)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
12 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Lentejas con Verduras y Arroz Patata Dado Eco, Lenteja Marron Pardina Eco, Arroz Vaporizado, Pimiento Verde Dado Eco Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Huevo + Fruta	**13** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Garbanzos con Verduras Garbanzo Cocido Eco, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**14** Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Curry de Alubias Pintas con Calabaza Alubia Pinta, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado 20x20 Eco Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	**15** Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**16** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Cocida, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Patatas Panaderas y Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta
19 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	**20** Espaguetis Sin Gluten con Tomate Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Garbanzos Encebollados Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	**21** Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Chili Vegano de Alubias con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**22** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**23** Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta
26 Macarrones Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Lentejas Salteadas con Verduras Calabacin Dado Eco, Lenteja Marron Pardina Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**27** Zanahorias Salteadas Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Yodada Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Carne + Fruta	**28** Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Garbanzos especiados con Patatas y Verduras Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	**29** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**30** Garbanzos Encebollados Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Cebolla Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
2 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco Lentejas Salteadas con Calabaza Calabacin Dado Eco, Lenteja Marron Pardina Eco, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**3** Macarrones Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta	**4** Calabacín Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Curry de Alubias Pintas con Calabaza Alubia Pinta, Calabaza Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado 20x20 Eco Ensalada de Tomate (guarnición) Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**5** Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Carne + Fruta	**6** Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta

mediterráneo

#Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

Sin Carne - . - Colegios In Situ (Mediterránea)

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

mediterráneo

#Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

Sin Cerdo - . - Colegios In Situ (Mediterránea)

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

mediterráneo

#Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

Sin Huevo Sin Marisco - . - Colegios In Situ (Mediterránea)

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

mediterráneo

#Menú IN SITU Andalucía. Oct-Nov 2026

Proteínas Vegetales - . - Colegios In Situ (Mediterránea)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
12 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Menestra Salteada Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col , Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Huevo + Fruta	**13** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Arroz con Verduras Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col , Cebolla Dado Eco Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**14** Ensalada de Lechuga y Tomate (1º plato) Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º Patatas Panaderas a la Jardinera Patata Panadera Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco Calabacín Salteado (guarnición) Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	**15** Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Guisadillo de Garbanzos Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Tomate Frito Eco, Cebolla Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**16** Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Patata Dado Eco, Alubia Blanca Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Patatas Panaderas y Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta
19 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco Arroz Integral con Tomate Frito Arroz Integral Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	**20** Arroz con Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Menestra de Verduras Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col , Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	**21** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Patatas Panaderas a la Jardinera Patata Panadera Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**22** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Marron Pardina Eco, Agua, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**23** Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta
26 Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Menestra Salteada Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col , Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Picado Eco Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achicoria, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**27** Zanahorias Salteadas (guarnición) Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil Eco_hnos Gallego Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Marron Pardina Eco, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Carne + Fruta	**28** Garbanzos especiados con Patatas y Verduras Garbanzo, Patata Dado 20x20 Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Arroz con Zanahoria Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	**29** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Alubias Pintas Guisadas con Arroz Alubia Pinta, Arroz Vaporizado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Carne + Fruta	**30** Crema de Verduras Patata Tornear C/piel, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco Arroz Integral a la Campesina Arroz Integral, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
2 Crema Hortelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas Porción Eco Menestra de Verduras Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col , Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**3** Patatas salteadas con Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Lentejas con Verduras Cocidas Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta	**4** Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Patatas Panaderas a la Jardinera Patata Panadera Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco Ensalada de Tomate (guarnición) Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Yogur de Soja Natural (Alpro) Yogurt Soja Natural ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta	**5** Puchero Patata Dado Eco, Agua, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco Patatas con Calabacín Patata, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º, Sal Yodada PAN BLANCO Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Carne + Fruta	**6** Arroz Hervido con Tomate Frito Arroz Vaporizado Eco, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Yodada Pisto de Verduras Calabacin Dado Eco, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Ensalada de Lechuga y Maíz (guarnición) Lechuga Iceberg, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Vino Blanco 6º PAN INTEGRAL Fruta de Temporada ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta

FESTIVO

mediterráneo