

Menú Ciudad Real Junio 2025

Triturado - - - CEIP Domingo Miras

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2		3		4		5		6	
Crema de Zanahoria con Pavo		Triturado de Lentejas Estofadas con Huevo		Crema de Verduras con Merluza		Triturado de Guisantes con Pollo		Crema de Verduras con Merluza	
Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas	
Cena: Arroz + Pescado + Fruta		Cena: Pasta + Carne + Lácteo		Cena: Verdura + Huevo + Fruta		Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Cena: Patata + Ave + Fruta	
9		10		11		12		13	
Crema de Brócoli y Zanahoria con Pollo		Triturado de Lentejas Estofadas con Merluza		Triturado de Garbanzos con Huevo		Crema de Zanahoria con Pollo		Crema de Verduras con Merluza	
Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur	
Cena: Patata + Pescado + Fruta		Cena: Verdura + Ave + Lácteo		Cena: Verdura + Carne + Fruta		Cena: Arroz + Pescado + Lácteo		Cena: Patata + Carne + Fruta	
16		17		18		19		20	
Crema de Verduras con Pollo		Triturado de Judías Blancas Estofadas con Huevo		Crema de Verduras con Pavo					
Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Postre especial					
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo		Cena: Verdura + Carne + Lácteo		Cena: Patata + Pescado + Fruta					

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Sin Gluten con Tomate Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	4 Crema de Verduras ECO. Hamburguesa de Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	5 Guisantes a la Sevillana Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	6 Arroz con Tomate. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Pasta Sin Gluten Boloñesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Estofado de Patatas con Verduras. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	11 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12 Crema de Zanahoria ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	13 Arroz con Verduras Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
16 Pasta Sin Gluten Napolitana Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	17 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Fritas Pan Sin Gluten y Agua Postre especial Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	20

mediterránea

Menú Ciudad Real Junio 2025

Sin Huevo, Frutos Secos, Marisco ni Plátano - . - CEIP Domingo Miras

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Sin Huevo con Tomate Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Lentejas con Chorizo. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	4 Crema de Verduras ECO. Hamburguesa de Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	5 Guisantes a la Sevillana Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	6 Arroz con Tomate. Merluza al Horno. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Lentejas Castellanas Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	11 Garbanzos Estofados con Verduras. Cinta de Lomo Adobado al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12 Crema de Zanahoria ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	13 Arroz con Verduras Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
16 Pasta Sin Huevo Napolitana Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	17 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	18 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Fritas Pan Integral y Agua Postre especial Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	20

mediterránea

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina)
R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Coditos con Tomate Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	4 Crema de Verduras ECO. Hamburguesa de Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	5 Guisantes a la Sevillana Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	6 Arroz con Tomate. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Lentejas Castellanas Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	11 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12 Crema de Zanahoria ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	13 Arroz con Verduras Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
16 Coditos Napolitana Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	17 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Fritas Pan Integral y Agua Postre especial Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	20

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Coditos con Tomate Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	3 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	4 Crema de Verduras ECO. Hamburguesa de Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	5 Guisantes a la Sevillana Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	6 Arroz con Tomate. Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Lentejas Castellanas Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	11 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12 Crema de Zanahoria ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo	13 Arroz con Verduras Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
16 Coditos Napolitana Estofado de Patatas con Ternera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	17 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Fruta	18 Ensalada Mixta Perrito Caliente Patatas Fritas Pan Integral y Agua Postre especial Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	20

mediterránea