

Enero 2026



# CEIP RAFAEL ALTAMIRA

Alergia a las legumbres

LUAN

SERVICIOS GASTRONÓMICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.	Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos		1	2
5	6	7 Espaguetis al pesto rojo Filete rebozado casero Ensalada de lech, zana. y aceitunas Fruta de Temporada Cena: Hummus y pescado al horno. Fruta 726.68 KC 25.01 PR 100.71 HC 22.59 LP 6.02 GS	8 Crema de hortalizas Lomo fresco con menestra Ensalada mediterránea(lech,tom,espárr.) Yogur Cena: Hamburguesa de merluza con guisantes. Fruta 585.76 KC 28.45 PR 69.52 HC 19.69 LP 4.52	9 Olleta de arroz Tortilla con cebolla Ensalada lechuga, remolacha y tomate Fruta de Temporada Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta 719.02 KC 30.07 PR 85.77 HC 18.99 LP 3.78 GS
12 Arroz a banda Rollitos de queso con verduras Ensalada huerta (lech, pepino, zana.) Fruta de Temporada Cena: Crema de boniato y pechuga de pollo a la plancha. Fruta. 845.08 KC 35.81 PR 104.42 HC 30.05 LP 10.07	13 Guisado de carne Tortilla de patata Ensalada lechuga, remol. y aceit. Fruta de Temporada Cena: Bacalao con salsa de tomate y arroz blanco. Fruta. 738.94 KC 30.57 PR 83.02 HC 26.99 LP 5.03 GS	14 Tallarines a la napolitana Gallineta con verduritas Ensalada de lechuga, zana. y lomb. Fruta de Temporada Cena: Pure de patata con zanahoria y ternera al horno. Fruta 728.82 KC 34.08 PR 105.94 HC 15.81 LP 2.55 GS	15 Crema de verduras Pechuga con calabaza Ensalada lechuga, tomate y pepino Fruta de Temporada Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta 698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS	16 Sopa de cocido Cocido casero completo(sin garbanzos) Ensalada de temporada Yogur Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta. 773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS
19 Hervido valenciano (sin judías) Lomo fresco con verduras Ensalada de lech, espárragos, lombarda Fruta de Temporada Cena: Revuelto de puerro y berenjena rellena de carne. Fruta. 672.50 KC 19.82 PR 59.44 HC 36.57 LP 10.76 GS	20 Espirales con verduras Ventresca con calabacín Ensalada de temporada Fruta de Temporada Cena: Verduras al horno y muslitos de pollo al horno. Fruta. 812.53 KC 16.93 PR 103.14 HC 23.75 LP 6.34 GS	21 Sopa con lluvia Tortilla con queso Ensalada lechuga, pepino y maíz Fruta de Temporada Cena: Hervido con judías verde y lubina al vapor. Fruta. 694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS	22 Arroz con tomate Magro en salsa con verduras Ensalada de lech, zana. y remolacha Yogur Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta. 573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS	23 Crema de hortalizas Pollo a la cazuela Ensalada de lechuga, aceit y lombarda Fruta de Temporada Cena: Dorada asada al limón con calabaza al horno. Fruta 621.54 KC 21.30 PR 48.66 HC 35.21 LP 8.10 GS
26 Arroz con verduras Pescado rebozado casero Ensalada siciliana (lech,tom,olivas) Fruta de Temporada Cena: Gallineta al papillot con zanahorias. Fruta 869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS	27 Crema de verduras Pollo a la italiana Ensalada lechuga, remolacha y espárr. Fruta de Temporada Cena: Salmón con patata al horno. Yogur 699.16 KC 38.45 PR 52.25 HC 21.37 LP 4.67 GS	28 Guisado de magro Fogonero en salsa con zanahoria Ensalada de temporada Yogur Cena: Hamburguesa a la plancha y verduras al vapor. Fruta. 581.44 KC 35.20 PR 64.18 HC 18.33 LP 3.99 GS	29 Sopa con letras Tortilla con calabacín Ensalada de lech, zana. y aceitunas Fruta de Temporada Cena: Boniato al horno y pavo a la plancha. Fruta. 735.46 KC 32.82 PR 83.67 HC 25.27 LP 5.61 GS	30 Macarrones al pomodoro Rollitos de queso con verduras Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Fruta de Temporada Cena: Tortilla con queso y coliflor al vapor. Fruta 698.85 KC 27.84 PR 103.26 HC 16.70 LP 2.43 GS

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: plátano, manzana, kiwi, mandarina, naranja y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.

