

Enero 2026



# CEIP RAFAEL ALTAMIRA

## Alergia a las legumbres

**LUAN**  
SERVICIOS GASTRONÓMICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</b>	<b>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</b>		1	2
5	6	7 Espaguetis al pesto rojo Filete rebozado casero Ensalada de lech, zanah. y aceitunas Fruta de Temporada <small>Cena: Hummus y pescado al horno. Fruta 726.68 KC 25.01 PR 100.71 HC 22.59 LP 6.02 GS</small>	8 Crema de hortalizas Lomo fresco con menestra Ensalada mediterránea(lech,tom,espárr.) Yogur <small>Cena: Hamburguesa de merluza con guisantes. Fruta 585.76 KC 28.45 PR 69.52 HC 19.69 LP 4.52</small>	9 Olleta de arroz Tortilla con cebolla Ensalada lechuga, remolacha y tomate Fruta de Temporada <small>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta 719.02 KC 30.07 PR 85.77 HC 18.99 LP 3.78 GS</small>
12 Arroz a banda  Bollitos de queso con verduras  Ensalada huerta (lech, pepino, zanah)  Fruta de Temporada <small>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</small>	13 Guisado de carne  Tortilla de patata  Ensalada lechuga, remol. y aceit.  Fruta de Temporada <small>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</small>	14 Tallarines a la napolitana Gallinita con verduritas Ensalada de lechuga, zanah. y lomb. Fruta de Temporada <small>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</small>	15 Crema de verduras Pechuga con calabaza Ensalada lechuga, tomate y pepino Fruta de Temporada <small>Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta 698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS</small>	16 Sopa de cocido Cocido casero completo(sin garbanzos) Ensalada de temporada Yogur <small>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta. 773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS</small>
19 Hervido valenciano (sin judías)  Lomo fresco con verduras  Ensalada de lech, espárragos, lombarda  Fruta de Temporada <small>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</small>	20 Espirales con verduras  Ventreña con calabacín  Ensalada de temporada  Fruta de Temporada <small>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</small>	21 Sopa con lluvia Tortilla con queso Ensalada lechuga, pepino y maíz Fruta de Temporada <small>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</small>	22 Arroz con tomate Magro en salsa con verduras Ensalada de lech, zanah, remolacha Yogur <small>Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta. 573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS</small>	23 Crema de hortalizas Pollo a la cazuela Ensalada de lechuga, aceit y lombarda Fruta de Temporada <small>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</small>
26 Arroz con verduras  Pescado rebozado casero  Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)  Fruta de Temporada <small>Cena: Gallinita al papillot con zanahorias. Fruta. 869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS</small>	27 Crema de verduras Pollo a la italiana Ensalada lechuga, remolacha y espárr. Fruta de Temporada <small>Cena: Salmón con patata al horno. Yogur 699.16 KC 38.45 PR 52.25 HC 21.37 LP 4.67 GS</small>	28 Guisado de magro Fogonero en salsa con zanahoria Ensalada de temporada Yogur <small>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</small>	29 Sopa con letras Tortilla con calabacín Ensalada de lech, zanah. y aceitunas Fruta de Temporada <small>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</small>	30 Macarrones al pomodoro Rollitos de queso con verduras Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Fruta de Temporada <small>Cena: Tortilla con queso y coliflor al vapor. Fruta. 698.85 KC 27.84 PR 103.26 HC 16.70 LP 2.43 GS</small>

**ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico**

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

**Alérgenos de declaración obligatoria.**

