

Enero 2026



# CEIP RAFAEL ALTAMIRA

## Alergia a las lentejas y coliflor

**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	<b>ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico</b>
5	6	7 Espaguetis al pesto rojo Nuggets de pollo Ensalada de lech, zanah. y aceitunas  Fruta de Temporada <i>Cena: Hummus y pescado al horno. Fruta</i> 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 <i>Cena: Hamburguesa de merluza con guisantes. Fruta</i> 585.76 KC 28.45 PR 69.52 HC 19.69 LP 4.52	9 Olleta alicantina ECO (sin lentejas) Tortilla con pavo Ensalada lechuga, remolacha y tomate  Fruta de Temporada <i>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta</i> 719.02 KC 30.07 PR 85.77 HC 18.99 LP 3.78 GS	
12 Arroz a banda  Entremeses variados  Ensalada huerta (lech, pepino, zanah)  Fruta de Temporada <i>Cena: Crema de boniato y pechuga de pollo a la plancha. Fruta.</i> 845.08 KC 35.81 PR 104.42 HC 30.05 LP 10.07	13 Alubias ECO hortelanas  Tortilla de patata  Ensalada lechuga, remol. y aceit.  Fruta de Temporada <i>Cena: Bacalao con salsa de tomate y arroz blanco. Fruta.</i> 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, zanah. y lomb.  Fruta de Temporada <i>Cena: Pure de patata con zanahoria y ternera al horno. Fruta</i> 728.82 KC 34.08 PR 105.94 HC 15.81 LP 2.55 GS	15 Crema de legumbres (sin lentejas) Hamburguesa con calabaza Ensalada lechuga, tomate y pepino  Fruta de Temporada <i>Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta</i> 698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS	16 Sopa de cocido Cocido casero completo Ensalada lechuga, remol. y brotes soja  Yogur <i>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta.</i> 773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS	<b>Alérgenos de declaración obligatoria.</b>  CONTIENE: GLUTEN      RÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS      GRANOS DE SÉSAMO  CRUSTÁCEOS      HUEVOS      MOSTAZA  PESCADO      CACAHUETES      ALTRAMUCES  SOJA      LÁCTEOS      APIO  FRUTOS DE CÁSCARA      MOLUSCOS
19 Hervido valenciano  Lomo adobado con verduras  Ensalada de lech, espárragos, lombarda  Fruta de Temporada <i>Cena: Revuelto de puerro y berenjena rellena de carne. Fruta.</i> 672.50 KC 19.82 PR 59.44 HC 36.57 LP 10.76 GS	20 Espirales a la Toscana  Ventresca con calabacín  Ensalada lechuga, zanah y brotes soja  Fruta de Temporada <i>Cena: Verduras al horno y muslitos de pollo al horno. Fruta.</i> 812.53 KC 16.93 PR 103.14 HC 23.75 LP 6.34 GS	21 Potaje de garbanzos Tortilla con queso Ensalada lechuga, pepino y maíz  Fruta de Temporada <i>Cena: Hervido con judías verde y lubina al vapor. Fruta.</i> 694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS	22 Arroz con tomate Albóndigas en salsa con verduras Ensalada de lech, zanah, remolacha  Yogur <i>Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta.</i> 573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS	23 Crema de guisantes Pollo a la cazuela  Ensalada de lechuga, aceit y lombarda  Fruta de Temporada <i>Cena: Dorada asada al limón con calabaza al horno. Fruta</i> 621.54 KC 21.30 PR 48.66 HC 35.21 LP 8.10 GS	
26 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)  Varitas de merluza  Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)  Fruta de Temporada <i>Cena: Gallineta al papillot con zanahorias. Fruta</i> 869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS	27 Alubias a la jardinera  Pollo a la italiana  Ensalada lechuga, remolacha y espárr.  Fruta de Temporada <i>Cena: Salmón con patata al horno. Yogur</i> 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 lechuga, brotes soja y maíz  Yogur <i>Cena: Hamburguesa a la plancha y verduras al vapor. Fruta.</i> 581.44 KC 35.20 PR 64.18 HC 18.33 LP 3.99 GS	29 Garbanzos estofados Tortilla con calabacín Ensalada de lech, zanah. y aceitunas  Fruta de Temporada <i>Cena: Boniato al horno y pavo a la plancha. Fruta.</i> 735.46 KC 32.82 PR 83.67 HC 25.27 LP 5.61 GS	30 Macarrones al pomodoro Rrollitos de pavo y queso Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)  Fruta de Temporada <i>Cena: Tortilla con queso y coliflor al vapor. Fruta</i> 698.85 KC 27.84 PR 103.26 HC 16.70 LP 2.43 GS	

