

Enero 2026



# CEIP RAFAEL ALTAMIRA

Alergia al pescado

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<br>Filete rebozado casero<br>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Hummus y pescado al horno. Fruta<br>726.68 KC 25.01 PR 100.71 HC 22.59 LP 6.02 GS                             | 8 Crema de hortalizas<br>Lomo fresco con menestra<br>Ensalada mediterránea(lech,tom,espárr.)<br>Yogur<br>Cena: Hamburguesa de merluza con guisantes. Fruta<br>585.76 KC 28.45 PR 69.52 HC 19.69 LP 4.52               | 9 Olleta alicantina ECO<br>Tortilla con pavo<br>Ensalada lechuga, remolacha y tomate<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta<br>719.02 KC 30.07 PR 85.77 HC 18.99 LP 3.78 GS                  |
| 12 Arroz con carne<br>Entremeses variados<br>Ensalada huerta (lech, pepino, zanah)<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Crema de boniato y pechuga de pollo a la plancha. Fruta.<br>845.08 KC 35.81 PR 104.42 HC 30.05 LP 10.07            | 13 Lentejas ECO hortelanas<br>Tortilla de patata<br>Ensalada lechuga, remol. y aceit.<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Bacalao con salsa de tomate y arroz blanco. Fruta.<br>738.94 KC 30.57 PR 83.02 HC 26.99 LP 5.03 GS            | 14 Tallarines a la napolitana<br>Lomo fresco con verduritas<br>Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Pure de patata con zanahoria y ternera al horno. Fruta<br>728.82 KC 34.08 PR 105.94 HC 15.81 LP 2.55 GS | 15 Crema de legumbres<br>Hamburguesa con calabaza<br>Ensalada lechuga, tomate y pepino<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta<br>698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS    | 16 Sopa de cocido<br>Cocido casero completo<br>Ensalada lechuga, remol. y brotes soja<br>Yogur<br>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta.<br>773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS                            |
| 19 Hervido valenciano<br>Lomo adobado con verduras<br>Ensalada de lech, espárragos, lombarda<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Revuelto de puerro y berenjena rellena de carne. Fruta.<br>672.50 KC 19.82 PR 59.44 HC 36.57 LP 10.76 GS | 20 Espirales a la Toscana<br>Pechuga con calabacín<br>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Verduras al horno y muslitos de pollo al horno. Fruta.<br>812.53 KC 16.93 PR 103.14 HC 23.75 LP 6.34 GS | 21 Potaje de garbanzos<br>Tortilla con queso<br>Ensalada lechuga, pepino y maíz<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Hervido con judías verde y lubina al vapor. Fruta.<br>694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS                         | 22 Arroz con tomate<br>Albóndigas en salsa con verduras<br>Ensalada de lech, zanah, remolacha<br>Yogur<br>Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta.<br>573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS      | 23 Crema de guisantes<br>Pollo a la cazuela<br>Ensalada de lechuga, aceit y lombarda<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Dorada asada al limón con calabaza al horno. Fruta<br>621.54 KC 21.30 PR 48.66 HC 35.21 LP 8.10 GS          |
| 26 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)<br>Filete rebozado casero<br>Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Gallineta al papillot con zanahorias. Fruta<br>869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS | 27 Alubias a la jardinera<br>Pollo a la italiana<br>Ensalada lechuga, remolacha y espárr.<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Salmón con patata al horno. Yogur<br>699.16 KC 38.45 PR 52.25 HC 21.37 LP 4.67 GS                         | 28 Guisado de magro<br>Lomo en salsa con zanahoria<br>Ensalada de lechuga, brotes soja y maíz<br>Yogur<br>Cena: Hamburguesa a la plancha y verduras al vapor. Fruta.<br>581.44 KC 35.20 PR 64.18 HC 18.33 LP 3.99 GS                      | 29 Lentejas castellanas<br>Tortilla con calabacín<br>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Boniato al horno y pavo a la plancha. Fruta.<br>735.46 KC 32.82 PR 83.67 HC 25.27 LP 5.61 GS | 30 Macarrones al pomodoro<br>Rollitos de pavo y queso<br>Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)<br>Fruta de Temporada<br>Cena: Tortilla con queso y coliflor al vapor. Fruta<br>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.

