

MES: Septiembre 2026

MARIA REINA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA	1 LEGUMBRE PLV	2	3	4
7 Crema de verduras (eco.) Lacón al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream (eco.) Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and bread VE:2.916/698 GT:30 GS:6 HC:85 AZ:28 PROT:28 SAL:3	8 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread VE:3.296/789 GT:21 GS:4 HC:124 AZ:24 PROT:27 SAL:1	9 Sopa casera de fideos Pollo asado con salteado de verduras Fruta y pan Noodle soup Grilled chicken with sautéed vegetables Fruit and bread VE:2.479/593 GT:12 GS:3 HC:82 AZ:29 PROT:41 SAL:1	10 Arroz con tomate (eco.) Lenguadina crujiente a la andaluza con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan integral Rice with tomato sauce (eco.) Crispy Andalusian-style baby sole with fresh salad with sweetcorn Fruit and wholemeal bread VE:2.806/671 GT:11 GS:1 HC:110 AZ:23 PROT:34 SAL:1	11 Crema de calabacín (patata, calabacín) (eco.) Ragout de pavo con salteado de verduras Fruta y pan Zucchini cream Turkey stew with sautéed vegetables Fruit and bread VE:2.642/632 GT:19 GS:4 HC:86 AZ:30 PROT:31 SAL:1
14 Crema de verduras (eco.) Jamoncitos de pollo asados al romero con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream (eco.) Roasted chicken drumsticks with rosemary with french fries Fruit and bread VE:3.591/859 GT:44 GS:7 HC:93 AZ:29 PROT:23 SAL:1	15 Paella mixta (pollo y marisco) Tortilla francesa de jamón york con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan integral Mixed paella (chicken and seafood) Ham omelette with fresh salad with sweetcorn Fruit and wholemeal bread VE:3.025/724 GT:24 GS:4 HC:98 AZ:25 PROT:28 SAL:1	16 Ensalada César (Lechuga, Pollo, Queso, mostaza y pepinillo) Ragout de pavo con salteado de verduras con tomate Fruta y pan Caesar Salad (lettuce, chicken, cheese, mustard, and pickle) Turkey stew with sautéed vegetables with tomato sauce Fruit and bread VE:2.512/601 GT:19 GS:6 HC:72 AZ:28 PROT:36 SAL:1	17 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with tomato sauce Baked salmon with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread VE:2.962/709 GT:19 GS:2 HC:100 AZ:25 PROT:39 SAL:1	18 Arroz con verduras Lomo asado con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Rice with vegetables Grilled tenderloin with fresh salad with olives Fruit and bread VE:3.254/778 GT:18 GS:4 HC:120 AZ:27 PROT:35 SAL:2
21 Crema de zanahoria (patata y zanahoria) Ragout de pavo con salteado de verduras Fruta y pan Carrot cream Turkey stew with sautéed vegetables Fruit and bread VE:2.776/664 GT:19 GS:5 HC:91 AZ:34 PROT:30 SAL:1	22 Sopa casera de cocido Cocido completo (sin garbanzos) Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chickpeas) Fruit and wholemeal bread VE:2.515/602 GT:20 GS:7 HC:75 AZ:24 PROT:33 SAL:1	23 Brócoli salteado Pollo asado con tomillo con patatas asadas Fruta y pan Sautéed broccoli Roast chicken with thyme with roasted potatoes Fruit and bread VE:2.569/615 GT:13 GS:3 HC:81 AZ:28 PROT:45 SAL:1	24 Arroz con pollo Filete de merluza rebozada con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan integral Rice with chicken Breaded hake fillet with fresh lettuce salad with beets Fruit and wholemeal bread VE:3.450/825 GT:26 GS:3 HC:109 AZ:24 PROT:40 SAL:2	25 Crema de calabacín (eco.) Huevos revueltos con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Courgette cream (eco.) Scrambled eggs with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread VE:2.178/521 GT:12 GS:2 HC:79 AZ:28 PROT:23 SAL:1
28 Arroz a la napolitana Abadejo crujiente a la romana con ensalada fresca con zanahoria rallada Fruta y pan Napolitan rice Crispy Roman-style pollock with lettuce and carrot salad Fruit and bread VE:4.063/972 GT:57 GS:6 HC:121 AZ:27 PROT:36 SAL:1	29 Crema de calabaza (patata, calabaza) (eco.) Ragout de pavo con patatas dado Fruta y pan integral Pumpkin soup (eco.) Turkey stew with diced potatoes Fruit and wholemeal bread VE:3.349/801 GT:39 GS:6 HC:84 AZ:30 PROT:30 SAL:1	30 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Spanish omelette with fresh salad with olives Fruit and bread VE:3.565/853 GT:26 GS:4 HC:125 AZ:27 PROT:30 SAL:2		

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES