

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 alergen os disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA,PERA,PLÁTANO Y NARANJA		1 NO PESCADO FSECOS	2	3	4
7 Lentejas a la riojana (patata, cebolla, zanahoria y pimiento) Lacón al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan Rioja style lentils Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and bread VE:3.285/786 GT:28 GS:7 HC:102 AZ:26 PROT:39 SAL:3	8 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread VE:3.310/792 GT:25 GS:7 HC:109 AZ:11 PROT:30 SAL:1	9 Sopa casera de fideos con pasta integral Pollo asado con salsa barbacoa con salteado de verduras Fruta y pan Noodle soup with wheat pasta Roasted chicken with barbecue sauce with sautéed vegetables Fruit and bread VE:2.922/699 GT:12 GS:3 HC:105 AZ:29 PROT:45 SAL:1	10 Salteado de garbanzos con tomate y huevo duro Tortilla de patata al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Sautéed chickpeas with tomato and hard-boiled egg Baked potato omelet with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread VE:3.176/760 GT:23 GS:10 HC:105 AZ:30 PROT:33 SAL:1	11 Crema de calabacín (patata, calabacín (eco.)) Macarrones con boloñesa de soja Fruta y pan Zucchini cream Macaroni with say bolognese Fruit and bread VE:2.901/694 GT:7 GS:0 HC:131 AZ:35 PROT:27 SAL:1	
14 Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín Jamoncitos de pollo asados al romero con patatas fritas Fruta y pan Sauteed green beans with carrot & zucchini squash Roasted chicken drumsticks with rosemary with french fries Fruit and bread VE:3.759/899 GT:43 GS:7 HC:102 AZ:33 PROT:25 SAL:1	15 Arroz con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada fresca con maíz dulce Yogur y pan Rice with vegetables Ham omelette with fresh salad with sweetcorn Yoghurt and bread VE:2.811/673 GT:20 GS:6 HC:94 AZ:12 PROT:30 SAL:1	16 Ensalada César (Lechuga, Pollo, Queso, mostaza y pepinillo) Garbanzos estofados con salteado de verduras con tomate Fruta y pan Caesar Salad (lettuce, chicken, cheese, mustard, and pickle) Stewed chickpeas with sautéed vegetables with tomato sauce Fruit and bread VE:2.944/704 GT:14 GS:3 HC:100 AZ:32 PROT:27 SAL:1	17 Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lacón al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and bread VE:3.490/835 GT:29 GS:6 HC:113 AZ:27 PROT:35 SAL:3	18 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Lomo asado con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Braised white beans with vegetables Grilled tenderloin with fresh salad with olives Fruit and bread VE:3.242/776 GT:20 GS:4 HC:107 AZ:29 PROT:45 SAL:2	
21 Crema de zanahoria (patata y zanahoria) Macarrones salteados con boloñesa de soja Fruta y pan Carrot cream Sautéed macaroni with say bolognese Fruit and bread VE:2.809/672 GT:7 GS:1 HC:125 AZ:38 PROT:24 SAL:1	22 Sopa casera de cocido con pasta integral Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew Yoghurt and bread VE:3.445/824 GT:26 GS:10 HC:105 AZ:15 PROT:43 SAL:2	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 Magro en salsa con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Rice with chicken Lean pork in sauce with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread VE:3.129/749 GT:18 GS:4 HC:112 AZ:26 PROT:37 SAL:1	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Huevos revueltos con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Lentils with vegetables Scrambled eggs with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread VE:2.723/651 GT:11 GS:1 HC:110 AZ:27 PROT:33 SAL:1	
28 Arroz a la napolitana Tortilla francesa con ensalada fresca con zanahoria rallada Fruta y pan Napolitan rice French omelette with lettuce and carrot salad Fruit and bread VE:3.298/789 GT:23 GS:4 HC:120 AZ:27 PROT:26 SAL:1	29 Crema de calabaza (patata, calabaza) (eco.) Albóndigas de cerdo a la jardinera (guisante, zanahoria, tomate, cebolla, ajo y especias) con patatas dado Yogur y pan Pumpkin soup (eco.) Pork meatballs with vegetables (peas, carrot, tomato, onion, garlic and spices) with diced potatoes Yoghurt and bread VE:3.614/865 GT:32 GS:14 HC:67 AZ:16 PROT:32 SAL:1	30 Macarrones a la napolitana Tortilla de patatas con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Napolitan macaroni Spanish omelette with fresh salad with olives Fruit and bread VE:3.767/901 GT:28 GS:5 HC:128 AZ:27 PROT:33 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