

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Lactosa - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada	10	Pasta Salteada Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur de Soja
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	16	Espaguetis integrales al Ajillo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de la Huerta Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Pescadito Enharinado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur de Soja
21	Pasta Salteada Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur de Soja
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Gluten - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	10	Pasta sin gluten ni huevo Carbonara con York Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Yogur
14	Coliflor a la Gallega Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	16	Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de la Huerta (Fideos sin gluten ni Huevo) Alubias Suaves Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Yogur
21	Pasta s/gluten ni huevo con salsa al Pepe Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan Sin Gluten y Agua Yogur
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras (pasta s/gluten ni huevo) Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada	30	Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Frutos Secos - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada	10	Macarrones Integrales a la Carbonara con York Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	16	Espaguetis integrales al Ajillo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de la Huerta Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Pescadito Enharinado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur
21	Macarrones Integrales con salsa al Pepe Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Huevo ni Frutos secos - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada	10	Pasta sin gluten ni huevo Carbonara con York Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Abadejo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	16	Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten ni Huevo) Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Pescadito Enharinado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur
21	Pasta s/gluten ni huevo con salsa al Pepe Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras (pasta s/gluten ni huevo) Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Cerdo - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada	10	Pasta Salteada Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	16	Espaguetis integrales al Ajillo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de la Huerta Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Pescadito Enharinado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur
21	Macarrones Integrales con salsa al Pepe Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Rehogados Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Albóndigas de Pollo en Salsa (Patatas en Guiso) Pan y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Cacahuete - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10	Macarrones Integrales a la Carbonara con York Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur Cena: Pasta + Pescado + Fruta
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	16	Espaguetis integrales al Ajillo Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	17	Sopa de la Huerta Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Patata + Pescado + Lácteo	18	Arroz con Tomate Pescadito Enharinado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
21	Macarrones Integrales con salsa al Pepe Huevos Rellenos de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	22	Crema de Verduras ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	24	Arroz Meloso con Verduritas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera Cena: Verdura + Ave + Lácteo	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur Cena: Arroz + Pescado + Fruta
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	29	Fideuá de Verduras Abadejo a la Provenzal Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	30	Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta				

Menú Guadalajara in situ Septiembre 2026

Sin Pescado ni Frutos Secos - - CEIP Las Lomas

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
7		8	Arroz con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Piña al Natural	9	Judías Verdes Rehogadas Garbanzos a la Catalana Pan y Agua Fruta de Temporada	10	Macarrones Integrales a la Carbonara con York Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	11	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Lomo al Ajillo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Yogur
14	Lentejas Guisadas "de la Abuela" Tortilla de Patata con Cebolla. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	15	Crema de Zanahoria ECO Magro de Cerdo con Tomate Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	16	Espaguetis integrales al Ajillo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada	17	Sopa de la Huerta Alubias Suaves Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	18	Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Yogur
21	Macarrones Integrales con salsa al Pepe Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	22	Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	23	Guisantes Salteados con Jamón Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	24	Arroz Meloso con Verduritas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	25	Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
28	Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO) Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	29	Fideuá de Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.