

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                 | Martes                                                                                                                                                                                                                                                          | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                       | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                | Viernes                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>1</div> <div>Arroz con Tomate<br/>Varitas de Pescado<br/>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 701 Lip: 19,33 Prot: 18,48 HC: 117,23</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div>                            | <div>2</div> <div>Judías Blancas Estofadas con Verduras<br/>Tortilla Francesa con Queso<br/>Tomate Aliñado con AOVE<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 607 Lip: 22,81 Prot: 27,08 HC: 73,56</div> <div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div> | <div>3</div> <div>Crema de Verduras ECO<br/>Pollo Asado<br/>Patatas Dado<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 620 Lip: 21,25 Prot: 38,64 HC: 68,99</div> <div>Cena: Arroz + Huevo + Lácteo</div>                     | <div>4</div> <div>Sopa de Cocido<br/>Cocido Completo<br/><br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 651 Lip: 15,31 Prot: 39,53 HC: 92,04</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>                                                                | <div>5</div> <div>Coliflor en ajada<br/>Macarrones con Atún<br/>Ensalada de Lechuga y Maíz<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada y Yogur</div> <div>Kcal: 703 Lip: 24,40 Prot: 24,93 HC: 95,01</div> <div>Cena: Patata + Ave + Fruta</div>           |
| <div>8</div> <div><div></div><div>FESTIVO</div></div>                                                                                                                                | <div>9</div> <div>Lentejas Castellanas<br/>Tortilla de Patata con Cebolla.<br/>Ensalada de Lechuga y Tomate<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 737 Lip: 26,72 Prot: 27,62 HC: 99,76</div> <div>Cena: Patata + Pescado + Lácteo</div>        | <div>10</div> <div>Crema de Zanahoria ECO<br/>Pollo al Ajillo<br/>Patatas Panadera<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 529 Lip: 15,53 Prot: 34,19 HC: 62,73</div> <div>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</div>          | <div>11</div> <div>Espirales con salsa al Pepe<br/>Merluza al Horno<br/>Zanahoria Rehogada<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 625 Lip: 18,19 Prot: 30,33 HC: 86,16</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div>                                | <div>12</div> <div>Garbanzos Estofados con Verduras<br/>Croquetas de Jamón<br/>Ensalada de Lechuga y Maíz<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 690 Lip: 25,69 Prot: 23,74 HC: 92,59</div> <div>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</div> |
| <div>15</div> <div>Sopa de Pescado<br/>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)<br/>Ensalada de Lechuga y Maíz<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 807 Lip: 26,52 Prot: 28,97 HC: 116,46</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div> | <div>16</div> <div>Sopa de Cocido<br/>Cocido Completo<br/><br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 651 Lip: 15,31 Prot: 39,53 HC: 92,04</div> <div>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</div>                                                           | <div>17</div> <div>Macarrones con Tomate<br/>Caballa en Aceite<br/><br/>Ensalada de Lechuga<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 657 Lip: 20,63 Prot: 37,35 HC: 79,82</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div> | <div>18</div> <div>Lentejas Estofadas con Verduras<br/>Tortilla de Patata con Cebolla.<br/><br/>Ensalada de Lechuga y Tomate<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div> <div>Kcal: 750 Lip: 26,89 Prot: 28,02 HC: 102,15</div> <div>Cena: Arroz + Ave + Lácteo</div> | <div>19</div> <div>Ensalada Mixta<br/>Pizza de Jamón y Queso<br/><br/>Patatas Chips<br/>Pan y Agua<br/>Postre especial</div> <div>Kcal: 669 Lip: 29,23 Prot: 21,86 HC: 77,96</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>                        |



mediterránea

# ALIMENTACIÓN INTEGRATIVA EN TU DÍA A DÍA

## ¿En qué consiste?

La alimentación integrativa considera la salud desde un punto de vista global de diversos factores incluyendo la alimentación, el estilo de vida, las emociones, el entorno y las relaciones sociales. Buscando nutrir cuerpo y mente para promover un bienestar global.



**¡ESCANEA NUESTRO QR O PINCHA AQUÍ PARA DESCUBRIR CADA PUNTO!**

PREPÁRATE PARA

**2ª EDICIÓN  
"PEQUEÑOS CHEFS"**



Programa de nutrición  
y hábitos saludables  
del Grupo Mediterránea

mediterránea  
EDUCACIÓN



## SI HAS COMIDO...

PASTA ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + CARNE.....  
 PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + PESCADO..  
 PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + HUEVO.....  
 VERDURA + CARNE.....  
 VERDURA + PESCADO.....  
 VERDURA + HUEVO.....  
 FRUTAS / LÁCTEO.....

## ...DEBERÍAS CENAR

VERDURA + PESCADO / HUEVO / LEGUMBRE  
 VERDURA + CARNE / HUEVO / LEGUMBRE  
 VERDURA + PESCADO / CARNE / LEGUMBRE  
 PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + PESCADO / HUEVO  
 PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + CARNE / HUEVO  
 PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + PESCADO / CARNE  
 FRUTAS / LÁCTEO

# Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Cerdo - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                | Martes |                                                                                                                                                                                                          | Miércoles |                                                                                                                                                                                       | Jueves |                                                                                                                                                                                                         | Viernes |                                                                                                                                                                                                   |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                             | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br>Tortilla Francesa con Queso<br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Huevo + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo                    | 4      | <b>Sopa de Fideos</b><br><b>Cocido Sin Cerdo</b><br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                                         | 5       | Coliflor en ajada<br>Macarrones con Atún<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta                   |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                            | 9      | Lentejas Castellanas<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo       | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta         | 11     | Espirales con salsa al Pepe<br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                          | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br><b>Tortilla Francesa</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | Sopa de Pescado<br>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | <b>Sopa de Fideos</b><br><b>Cocido Sin Cerdo</b><br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                              | 17        | Macarrones con Tomate<br>Caballa en Aceite<br><br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Ave + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br><b>Salchichas de Pavo al Horno</b><br><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br>Postre especial<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                 |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Carne - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes |                                                                                                                                                                                                           | Martes |                                                                                                                                                                                                          | Miércoles |                                                                                                                                                                                            | Jueves |                                                                                                                                                                                                                    | Viernes |                                                                                                                                                                                                   |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Legumbre + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo           | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br>Tortilla Francesa con Queso<br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br><b>Merluza al Horno</b><br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Huevo + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo             | 4      | <b>Sopa de Fideos</b><br><b>Garbanzos Estofados con Verduras</b><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                                        | 5       | Coliflor en ajada<br>Macarrones con Atún<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br><b>Verdura + Patata + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Patata + Fruta    |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                       | 9      | Lentejas Castellanas<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo       | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br><b>Caballa en Aceite</b><br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta     | 11     | Espirales con salsa al Pepe<br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Legumbre + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo                        | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br><b>Tortilla Francesa</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | Sopa de Pescado<br><b>Arroz a la Cubana (con huevo cocido)</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | <b>Sopa de Fideos</b><br><b>Garbanzos Estofados con Verduras</b><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                  | 17        | Macarrones con Tomate<br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Patata + Verdura + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Arroz + Verdura + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br><b>Varitas de Pescado</b><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br>Postre especial<br><b>Verdura + Huevo + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                           |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Pescado - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                                 | Martes |                                                                                                                                                                                                             | Miércoles |                                                                                                                                                                                                             | Jueves |                                                                                                                                                                                                                        | Viernes |                                                                                                                                                                                                   |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo                         | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br>Tortilla Francesa con Queso<br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Patata + Carne + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Huevo + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo                                          | 4      | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Patata + Verdura + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta                                                                  | 5       | Coliflor en ajada<br><b>Macarrones con Chorizo</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta         |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                             | 9      | Lentejas Castellanas<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Patata + Carne + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo       | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                               | 11     | Espirales con salsa al Pepe<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo                  | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br><b>Tortilla Francesa</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | <b>Crema de Calabacín ECO</b><br>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Carne + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo | 16     | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                                                | 17        | Macarrones con Tomate<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br><br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Arroz + Verdura + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo | 19      | Patatas Chips<br>Pan y Agua<br>Postre especial<br><b>Verdura + Huevo + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                                                          |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Frutos Secos - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                | Martes |                                                                                                                                                                                                          | Miércoles |                                                                                                                                                                                       | Jueves |                                                                                                                                                                                                         | Viernes |                                                                                                                                                                                             |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                             | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br>Tortilla Francesa con Queso<br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Huevo + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo                    | 4      | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                                                        | 5       | Coliflor en ajada<br>Macarrones con Atún<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta             |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                            | 9      | Lentejas Castellanas<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo       | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta         | 11     | Espirales con salsa al Pepe<br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                          | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br>Croquetas de Jamón<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | Sopa de Pescado<br>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                                             | 17        | Macarrones con Tomate<br>Caballa en Aceite<br><br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Ave + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br>Pizza de Jamón y Queso<br><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br>Postre especial<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                       |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Judías Blancas ni Pintas - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                | Martes |                                                                                                                                                                                                            | Miércoles |                                                                                                                                                                                       | Jueves |                                                                                                                                                                                                         | Viernes |                                                                                                                                                                                             |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                             | 2      | <b>Estofado de Patatas con Verduras</b><br>Tortilla Francesa con Queso<br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Huevo + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Lácteo                    | 4      | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                                                        | 5       | Coliflor en ajada<br>Macarrones con Atún<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada y Yogur<br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta             |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                            | 9      | Lentejas Castellanas<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo         | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta         | 11     | Espirales con salsa al Pepe<br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                          | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br>Croquetas de Jamón<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | Sopa de Pescado<br>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | Sopa de Cocido<br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Huevo + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta                                                               | 17        | Macarrones con Tomate<br>Caballa en Aceite<br><br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata con Cebolla.<br><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Ave + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br>Pizza de Jamón y Queso<br><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br>Postre especial<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                       |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Proteína de la Leche de Vaca - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                          | Martes                                                                                                                                                                                                                                                            | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                           | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                              | Viernes                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>1</div> <div>Arroz con Tomate</div> <div>Varitas de Pescado</div> <div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>                              | <div>2</div> <div>Judías Blancas Estofadas con Verduras</div> <div>Tortilla Francesa</div> <div>Tomate Aliñado con AOVE</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Patata + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div>   | <div>3</div> <div>Crema de Verduras ECO</div> <div>Pollo Asado</div> <div>Patatas Dado</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Huevo + Fruta</div> <div>Cena: Arroz + Huevo + Fruta</div>                   | <div>4</div> <div>Sopa de Cocido</div> <div>Cocido Completo</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>                                                               | <div>5</div> <div>Coliflor en ajada</div> <div>Macarrones con Atún</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</div> <div>Patata + Ave + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Ave + Fruta</div>                 |
| <div>8</div> <div></div> <div>FESTIVO</div>                                                                                                                                                   | <div>9</div> <div>Lentejas Castellanas</div> <div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Patata + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div> | <div>10</div> <div>Crema de Zanahoria ECO</div> <div>Pollo al Ajillo</div> <div>Patatas Panadera</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Huevo + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</div>     | <div>11</div> <div>Pasta al Ajillo</div> <div>Merluza al Horno</div> <div>Zanahoria Rehogada</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>                                  | <div>12</div> <div>Garbanzos Estofados con Verduras</div> <div>Cinta de Lomo Fresca al Horno</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Pasta + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</div> |
| <div>15</div> <div>Sopa de Pescado</div> <div>Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div> | <div>16</div> <div>Sopa de Cocido</div> <div>Cocido Completo</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Huevo + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Huevo + Fruta</div>                                                                | <div>17</div> <div>Macarrones con Tomate</div> <div>Caballa en Aceite</div> <div>Ensalada de Lechuga</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div> | <div>18</div> <div>Lentejas Estofadas con Verduras</div> <div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Ave + Fruta</div> <div>Cena: Arroz + Ave + Fruta</div> | <div>19</div> <div>Salchichas de Pavo al Horno</div> <div>Patatas Chips</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Yogur de Soja</div> <div>Verdura + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>                                                             |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Huevo ni Proteínas de la Leche de Vaca - - Colegio Gregorio Marañón

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                                                    | Martes |                                                                                                                                                                                                                   | Miércoles |                                                                                                                                                                                               | Jueves |                                                                                                                                                                                                     | Viernes |                                                                                                                                                                                                               |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                                                                 | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Arroz + Verdura + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo                 | 4      | <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b><br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                           | 5       | Coliflor en ajada<br><b>Pasta Sin Huevo con Atún</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br><b>Fruta de Temporada y Yogur de Soja</b><br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta    |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                                                | 9      | Lentejas Castellanas<br><b>Salchichas de Pavo al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo             | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Carne + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta          | 11     | <b>Pasta Sin Huevo al Ajillo</b><br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo              | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | <b>Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo)</b><br><b>Arroz a la Cubana (con salchicha. sin huevo)</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b><br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta                                          | 17        | <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b><br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br><b>Filete de Pollo al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Ave + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br><b>Salchichas de Pavo al Horno</b><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br><b>Yogur de Soja</b><br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                            |

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Huevo, Proteína de Leche de Vaca ni Frutos Secos - - Colegio Gregorio

| Lunes |                                                                                                                                                                                                                                                    | Martes |                                                                                                                                                                                                                   | Miércoles |                                                                                                                                                                                               | Jueves |                                                                                                                                                                                                     | Viernes |                                                                                                                                                                                                               |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Arroz con Tomate<br>Varitas de Pescado<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo                                                                 | 2      | Judías Blancas Estofadas con Verduras<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Tomate Aliñado con AOVE<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta | 3         | Crema de Verduras ECO<br>Pollo Asado<br>Patatas Dado<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Arroz + Verdura + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo                 | 4      | <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b><br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                           | 5       | Coliflor en ajada<br><b>Pasta Sin Huevo con Atún</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br><b>Fruta de Temporada</b><br>Patata + Ave + Fruta<br><b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta                    |
| 8     | <br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                                                | 9      | Lentejas Castellanas<br><b>Salchichas de Pavo al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Patata + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo             | 10        | Crema de Zanahoria ECO<br>Pollo al Ajillo<br>Patatas Panadera<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Carne + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta          | 11     | <b>Pasta Sin Huevo al Ajillo</b><br>Merluza al Horno<br>Zanahoria Rehogada<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Lácteo</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo              | 12      | Garbanzos Estofados con Verduras<br><b>Cinta de Lomo Fresca al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Pasta + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta |
| 15    | <b>Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo)</b><br><b>Arroz a la Cubana (con salchicha. sin huevo)</b><br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Pescado + Lácteo<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo | 16     | <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b><br>Cocido Completo<br><br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br><b>Verdura + Ave + Fruta</b><br><b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta                                          | 17        | <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b><br>Caballa en Aceite<br>Ensalada de Lechuga<br>Pan Integral y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Verdura + Carne + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta | 18     | Lentejas Estofadas con Verduras<br><b>Filete de Pollo al Horno</b><br>Ensalada de Lechuga y Tomate<br>Pan y Agua<br>Fruta de Temporada<br>Arroz + Ave + Lácteo<br><b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo | 19      | Ensalada Mixta<br><b>Salchichas de Pavo al Horno</b><br>Patatas Chips<br>Pan y Agua<br><b>Fruta de Temporada</b><br>Verdura + Pescado + Fruta<br><b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta                       |

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.