

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Crema de Zanahoria ECO
Arroz a la Cubana (con huevo cocido)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 639 Lip: 18,78 Prot: 14,83 HC: 105,91

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12



FESTIVO

19 Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 744 Lip: 26,77 Prot: 27,76 HC: 98,31

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

26

Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras
Lomo al Ajillo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 623 Lip: 19,15 Prot: 35,80 HC: 75,98

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

6 Macarrones Integrales con salsa al Pepe
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 622 Lip: 18,46 Prot: 37,92 HC: 75,06

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

13

Coliflor a la Gallega
Ragout de Ternera con Verduras
(Patatas en Guiso)
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 553 Lip: 22,00 Prot: 33,19 HC: 55,23

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

20

Macarrones Integrales al Ajillo
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 620 Lip: 19,40 Prot: 36,51 HC: 73,72

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27

Lentejas Hortelanas
Abadejo al Limón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 611 Lip: 16,48 Prot: 40,94 HC: 75,82

Cena: Verdura + Carne + Fruta

7 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 628 Lip: 15,99 Prot: 33,38 HC: 91,36

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14

Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 581 Lip: 19,83 Prot: 26,28 HC: 77,78

Cena: Arroz + Carne + Fruta

21

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 628 Lip: 15,99 Prot: 33,38 HC: 91,36

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

28

Crema Fina de Patata
Albóndigas de Pollo Estofadas
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 578 Lip: 17,68 Prot: 20,13 HC: 86,25

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

1

Arroz con Salsa de Pimientos Asados
Croquetas de Bacalao
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 687 Lip: 21,91 Prot: 11,21 HC: 114,56

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

8

Patatas a la Riojana
Merluza a la Marinera
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 630 Lip: 22,77 Prot: 31,46 HC: 77,72

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

15

Arroz con Calamares
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 622 Lip: 15,31 Prot: 32,05 HC: 93,98

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

22

Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 536 Lip: 16,52 Prot: 16,72 HC: 80,95

Cena: Pasta + Ave + Fruta

29

Sopa de Arroz con Calamares
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 503 Lip: 19,71 Prot: 20,01 HC: 61,96

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

2

Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur

Kcal: 526 Lip: 14,18 Prot: 23,52 HC: 77,19

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

9

Crema de Calabacín y Puerro
Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
Pan y Agua
Yogur

Kcal: 599 Lip: 15,90 Prot: 25,67 HC: 88,03

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

16

Sopa de la Huerta
Garbanzos Crujientes al Horno
Pan y Agua
Yogur

Kcal: 409 Lip: 17,39 Prot: 13,33 HC: 47,79

Cena: Patata + Pescado + Fruta

23

Arroz Pizzero
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
Pan y Agua
Yogur

Kcal: 722 Lip: 19,24 Prot: 26,93 HC: 115,75

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

30

Crema de Zanahoria ECO y Manzana
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur

Kcal: 494 Lip: 15,39 Prot: 21,65 HC: 67,05

Cena: Patata + 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.

Detrás de cada plato...

Tradición, cultura,
orígenes

Alimentos
saludables

Nutrientes

Energía

Sostenibilidad

Momentos para
compartir

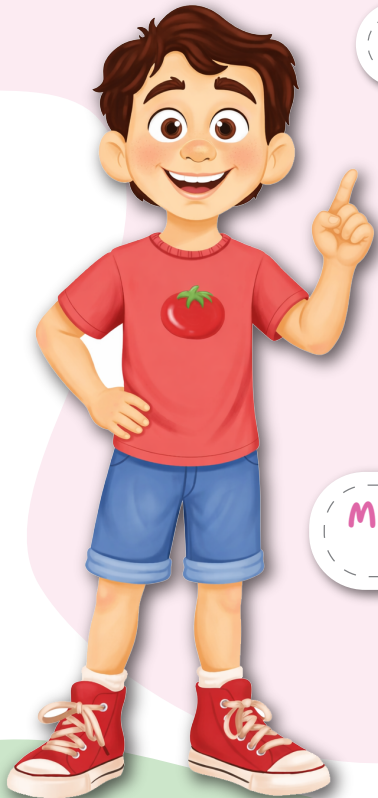
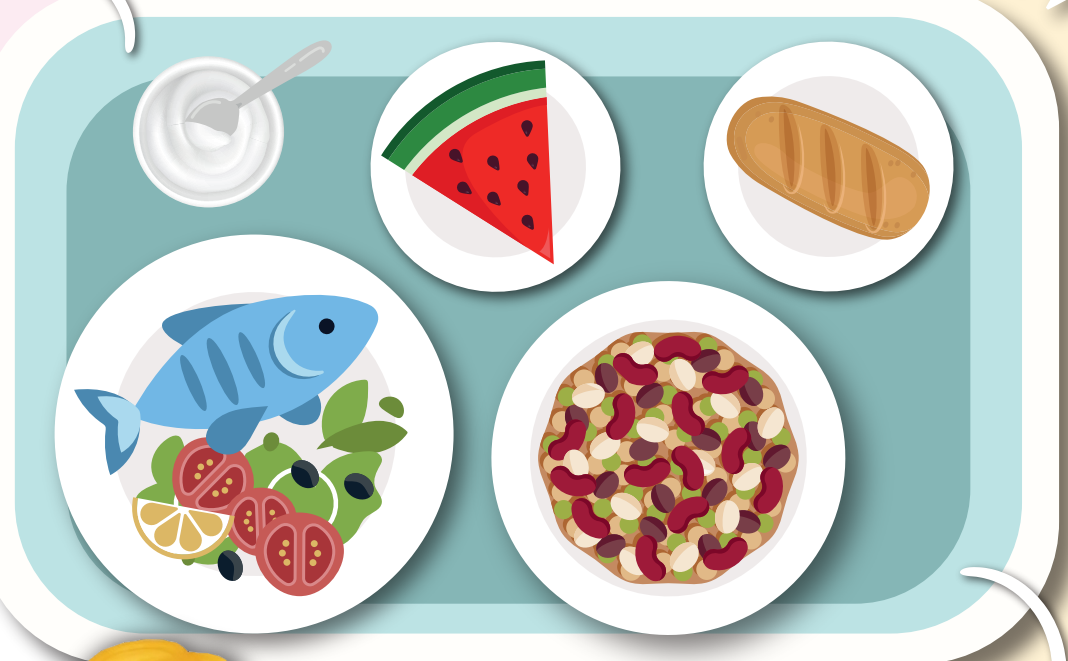
Salud

Personas

Momentos para
disfrutar

Educación

Normativas



SI HAS COMIDO...

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

...DEBERÍAS CENAR



Escanea nuestro código
QR o pincha **aquí** para
descubrir qué hay
detrás de cada plato



mediterránea

Menú Toledo in situ Octubre 2026

Sin Cerdo - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

Lunes

- 5** Crema de Zanahoria ECO
Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada



- 19** Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 26** Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 6** Macarrones Integrales con salsa al Pepe
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada



- 13** Coliflor a la Gallega
Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso)
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 20** Macarrones Integrales al Ajillo
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 27** Lentejas Hortelanas
Abadejo al Limón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 7** **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 14** Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 21** **Sopa de Fideos**
Cocido Sin Cerdo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 28** Crema Fina de Patata
Albóndigas de Pollo Estofadas
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 1** Arroz con Salsa de Pimientos Asados
Croquetas de Bacalao
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 8** **Estofado de Patatas con Verduras**
Merluza a la Marinera
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 15** Arroz con Calamares
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera



- 22** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 29** Sopa de Arroz con Calamares
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Viernes

- 2** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur



- 9** Crema de Calabacín y Puerro
Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
Pan y Agua
Yogur



- 16** Sopa de la Huerta
Garbanzos Crujientes al Horno
Pan y Agua
Yogur



- 23** Arroz Pizzero
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
Pan y Agua
Yogur



- 30** Crema de Zanahoria ECO y Manzana
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur



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.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Crema de Zanahoria ECO
Arroz a la Cubana (con huevo cocido)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

6 Macarrones Integrales con salsa al Pepe
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

7 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada

1 Arroz con Salsa de Pimientos Asados
Croquetas de Bacalao
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

2 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur

12 



13 Coliflor a la Gallega
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

14 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

8 Estofado de Patatas con Verduras
Merluza a la Marinera
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

9 Crema de Calabacín y Puerro
Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
Pan y Agua
Yogur

19 Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

20 Macarrones Integrales al Ajillo
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

21 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada



15 Arroz con Calamares
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

16 Sopa de la Huerta
Garbanzos Crujientes al Horno
Pan y Agua
Yogur

26 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

27 Lentejas Hortelanas
Abadejo al Limón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

28 Crema Fina de Patata
Merluza al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

22 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Escalope de Merluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

23 Arroz Pizzero
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
Pan y Agua
Yogur

29 Sopa de Arroz con Calamares
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

30 Crema de Zanahoria ECO y Manzana
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur



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 Octubre 2026

Sin Pescado - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

Lunes

- 5** Crema de Zanahoria ECO
Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada



- 19** Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 26** Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras
Lomo al Ajillo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 6** Macarrones Integrales con salsa al Pepe
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada



- 13** Coliflor a la Gallega
Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso)
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 20** Macarrones Integrales al Ajillo
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 27** Lentejas Hortelanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 7** Sopa de Cocido
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 14** Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 21** Sopa de Cocido
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 28** Crema Fina de Patata
Albóndigas de Pollo Estofadas
Zanahoria en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 1** Arroz con Salsa de Pimientos Asados
Salchichas de Pavo al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 8** Patatas a la Riojana
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 15** Arroz con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera



- 22** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 29** Sopa de Arroz
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Viernes

- 2** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur



- 9** Crema de Calabacín y Puerro
Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
Pan y Agua
Yogur



- 16** Sopa de la Huerta
Garbanzos Crujientes al Horno
Pan y Agua
Yogur



- 23** Arroz Pizzero
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
Pan y Agua
Yogur



- 30** Crema de Zanahoria ECO y Manzana
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur



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 Octubre 2026

Sin PLV ni Huevo - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

Lunes

- 5** Crema de Zanahoria ECO
Arroz con Salchichas
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada



- 19** Lentejas Castellanas
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 26** Pasta s/gluten ni huevo con Salsa Suave de Verduras
Lomo al Ajillo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 6** Pasta Sin Gluten ni Huevo Salteada
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada



- 13** Coliflor a la Gallega
Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso)
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 20** Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

- 27** Lentejas Hortelanas
Abadejo al Limón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 7** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten ni Huevo)
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 14** Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 21** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten ni Huevo)
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 28** Crema Fina de Patata
Pollo Asado
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 1** Arroz con Salsa de Pimientos Asados
Salchichas de Pavo al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 8** Patatas a la Riojana
Merluza a la Marinera
Tomate Aliñado con AOVE
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 15** Arroz con Calamares
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 22** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Abadejo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

- 29** Sopa de Arroz con Calamares
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Macedonia de Fruta Casera

Viernes

- 2** Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur de Soja



- 9** Crema de Calabacín y Puerro
Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
Pan y Agua
Yogur de Soja



- 16** Sopa de la Huerta (Fideos sin gluten ni Huevo)
Garbanzos Crujientes al Horno
Pan y Agua
Yogur de Soja



- 23** Arroz con Tomate
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
Pan y Agua
Yogur de Soja



- 30** Crema de Zanahoria ECO y Manzana
Alubias Suaves
Pan y Agua
Yogur de Soja



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 Octubre 2026

Sin Frutos Secos - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Croquetas de Bacalao Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Alubias Suaves Pan y Agua Yogur
5 Crema de Zanahoria ECO Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Patatas a la Riojana Merluza a la Marinera Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 Crema de Calabacín y Puerro Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso Pan y Agua Yogur
12 	13 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Arroz con Calamares Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
19 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Arroz Pizzero Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Yogur
26 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Crema Fina de Patata Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	29 Sopa de Arroz con Calamares Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Crema de Zanahoria ECO y Manzana Alubias Suaves Pan y Agua Yogur



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 Octubre 2026

Sin Judías - - Colegio Gregorio Marañón (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5 Crema de Zanahoria ECO Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Macarrones Integrales con salsa al Pepe Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	1 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Croquetas de Bacalao Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Yogur
12	13 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Patatas a la Riojana Merluza a la Marinera Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 Crema de Calabacín y Puerro Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso Pan y Agua Yogur
19 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Macarrones Integrales al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Arroz con Calamares Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Sopa de la Huerta Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Yogur
26 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Crema Fina de Patata Albóndigas de Pollo Estofadas Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Arroz Pizzero Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Yogur
			29 Sopa de Arroz con Calamares Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Crema de Zanahoria ECO y Manzana Cinta de Lomo Fresca al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Yogur



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 Octubre 2026

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

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Crema de Zanahoria ECO	6	Pasta (integral) Salteada	7	Sopa de Cocido	1	Arroz con Salsa de Pimientos Asados	2	Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave
	Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)		Pollo al Ajillo		Cocido Completo		Salchichas de Pavo al Horno		Alubias Suaves
	Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Ensalada de Lechuga y Cebolla		Pan y Agua		Tomate Aliñado con AOVE		Pan y Agua
12	Pan y Agua	13	Pan Integral y Agua	14	Fruta de Temporada	8	Pan Integral y Agua	9	Crema de Calabacín y Puerro
	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Merluza a la Marinera		Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso
							Tomate Aliñado con AOVE		Pan y Agua
19		20	Coliflor a la Gallega	21	Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata	15	Arroz con Calamares	16	Sopa de la Huerta
			Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso)		Tortilla Francesa		Palometa con Tomate		Garbanzos Crujientes al Horno
			Pan Integral y Agua		Ensalada de Lechuga y Tomate		Ensalada de Lechuga		Pan y Agua
26		27	Pan Integral y Agua	28	Pan y Agua	22	Pan Integral y Agua	23	Arroz con Tomate
			Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Macedonia de Fruta Casera		Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
									Pan y Agua
26	Lentejas Castellanas	20	Macarrones Integrales al Ajillo	21	Sopa de Cocido	22	Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave	23	Arroz con Tomate
	Tortilla de Patata con Cebolla.		Caballa en Aceite		Cocido Completo		Abadejo al Horno		Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)
	Ensalada de Lechuga y Maíz		Ensalada de Lechuga y Cebolla		Pan y Agua		Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Pan y Agua
26	Pan y Agua	27	Pan Integral y Agua	28	Fruta de Temporada	29	Pan Integral y Agua	30	Crema de Zanahoria ECO y Manzana
	Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Macedonia de Fruta Casera		Alubias Suaves
									Pan y Agua
26		27	Lentejas Hortelanas	28	Crema Fina de Patata	29	Sopa de Arroz con Calamares	30	Crema de Zanahoria ECO y Manzana
			Abadejo al Limón		Pollo Asado		Tortilla Francesa de York		Alubias Suaves
			Ensalada de Lechuga y Maíz		Champiñón Rehogado		Ensalada de Lechuga		Pan y Agua
26		27	Pan Integral y Agua	28	Pan y Agua	29	Pan Integral y Agua	30	Yogur de Soja
			Fruta de Temporada		Fruta de Temporada		Macedonia de Fruta Casera		



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 Octubre 2026

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5 Crema de Zanahoria ECO Arroz con Salchichas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	6 Pasta Sin Gluten ni Huevo Salteada Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	7 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten ni Huevo) Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	1 Arroz con Salsa de Pimientos Asados Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	2 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Alubias Suaves Pan y Agua Fruta de Temporada
12 FESTIVO	13 Coliflor a la Gallega Ragout de Ternera con Verduras (Patatas en Guiso) Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	14 Alubias con Calabaza ECO Asada y Patata Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	8 Patatas a la Riojana Merluza a la Marinera Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	9 Crema de Calabacín y Puerro Lentejas Hortelanas con Arroz Meloso Pan y Agua Fruta de Temporada
19 Lentejas Castellanas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Pasta s/gluten ni huevo al Ajillo Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	21 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten ni Huevo) Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	15 Arroz con Calamares Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	16 Sopa de la Huerta (Fideos sin gluten ni Huevo) Garbanzos Crujientes al Horno Pan y Agua Fruta de Temporada
26 Pasta s/gluten ni huevo con Salsa Suave de Verduras Lomo al Ajillo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Lentejas Hortelanas Abadejo al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	28 Crema Fina de Patata Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada	22 Menestra Guisada con Patatas Panaderas y Salsa Suave Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	23 Arroz con Tomate Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas) Pan y Agua Fruta de Temporada
			29 Sopa de Arroz con Calamares Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Macedonia de Fruta Casera	30 Crema de Zanahoria ECO y Manzana Alubias Suaves 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.