



MENÚ DE SEPTIEMBRE 2026

COLEGIOS DE CASTILLA LA MANCHA

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMEROS		FIDEUÁ DE VERDURAS (cebolla, pimientos rojo y verde) 1	LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO (patata, zanahoria, cebolla y pimientos) 12	CREMA DE CALABACÍN 10	ARROZ A LA CUBANA
SEGUNDOS	NO LECTIVO	POLLO AL CHILINDRÓN 12	BACALAO AL HORNO 2, 4, 12, 14	TORTILLA FRANCESA 3	SALMÓN AL HORNO 2, 4, 12, 14
GUARNICIÓN		ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Propuesta de cena		Verdura, pescado y fruta	Arroz, carne y lácteo	Pasta, pescado y fruta	Verdura, ave y fruta
	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMEROS	MACARRONES CON ATÚN 1, 3, 4	PAELLA MIXTA 2, 4, 12, 14	JUDÍAS BLANCAS GUIADAS CON PATATAS	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN 12	ENSALADA DE GARBANZOS 3
SEGUNDOS	SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO 12	PECHUGA DE POLLO ASADA 12	BOQUERONES FRITOS 1, 3, 4	MAGRO CON TOMATE	MERLUZA EN SALSA VERDE 1, 2, 4, 14
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Propuesta de cena	Verdura, carne y lácteo	Verdura, pescado y lácteo	Verdura, ave y lácteo	Patata, pescado y fruta	Arroz, carne y fruta
	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMEROS	CREMA VICHYSSEOISE 12	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ 12	PATATAS A LA RIOJANA 7, 6, 12	JUDÍAS BLANCAS GUIADAS CON PATATAS 12	ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA 1, 3, 6, 7, 12
SEGUNDOS	TERNERA A LA JARDINERA 12	LIMANDA AL HORNO 2, 4, 12, 14	SALMÓN AL HORNO 2, 4, 12, 14	ALITAS DE POLLO ASADAS	HALIBUT REBOZADO 1, 3, 4
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	PATATAS ASADAS	ENSALADA
POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Propuesta de cena	Pasta, pescado y fruta	Carne, huevo y fruta	Arroz, carne y lácteo	Patata, pescado y fruta	Verdura, ave y lácteo
	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PRIMEROS	MENESTRA REHOGADA 12	SOPA DE COCIDO 1, 3	MACARRONES A LA ITALIANA 1, 3, 7		
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATA 3	COCIDO COMPLETO CON VERDURAS (patata, zanahoria, puerro y cebolla) 1, 3	ROSADA AL HORNO 2, 4, 12, 14		
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA			
POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
Propuesta de cena	Arroz, pescado y lácteo	Patata, huevo y lácteo	Verdura, carne y fruta		

- El menú contiene:
 - Fruta variada de temporada, al menos un 45%
 - Agua
 - Pan blanco y pan integral 2 veces por semana.
 - Productos ecológicos: frutas, verduras y legumbres, al menos en un 5%.
- Las ensaladas se elaboran con lechuga y 2 o 3 ingredientes (tomate, maíz, pepino, zanahoria, remolacha...)
- Para el cocinado se utiliza sal yodada y AOVE ecológico.

Puede estar sujeto a modificaciones según disponibilidad del mercado o necesidades de organización.

1 GLUTEN

2 CRUSTÁCEOS

3 HUEVOS

4 PESCADO

5 CACAHUETES

6 SOJA

7 LÁCTEOS

8 FRUTOS DE CÁSCARA

9 APIO

10 MOSTAZA

11 SÉSAMO

12 SULFITOS

13 ALTRAMUJES

14 MOLUSCOS

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO.