



## MENÚ DE NOVIEMBRE 2025

COLEGIOS DE CASTILLA LA MANCHA

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<b>PRIMEROS</b>	BROCOLI AJOARRIERO	SOPA DE COCIDO	ESPAGUETIS MARINERA	ARROZ A LA CUBANA	JUDIAS BLANCAS GUISADAS
<b>SEGUNDOS</b>	PECHUGA EMPAÑADA	COCIDO COMPLETO	CHULETAS SAJONIA	HALIBUT	RAPE
<b>GUARNICIÓN</b>	ARROZ PILAF		ENSALADA	ENSALADA	PATATA ASADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Propuesta de cena	Pasta + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Patata + Pescado + Fruta
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<b>PRIMEROS</b>	PATATAS CON COSTILLA	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ	CREMA DE ESPINACAS	JUDIAS GUISADAS	
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA DE QUESO	LOMO DE CERDO ASADO	FRITURA ANDALUZA	CHULETA DE PAVO	
<b>GUARNICIÓN</b>	CALABACIN AL HORNO	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ENSALADA	<b>NO LECTIVO</b>
<b>POSTRE</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
Propuesta de cena	Verdura + Pescado + Lácteo	Pasta + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Patata + Pescado + Lácteo	
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 29	JUEVES 20	VIERNES 21
<b>PRIMEROS</b>	ARROZ CANTONES	SOPA DE LLUVIA	CREMA DE GUISANTES	COLIFLOR A LA ITALIANA	ALUBIAS BLANCAS CON MAGRO
<b>SEGUNDOS</b>	SALCHICHAS	ALBONDIGAS EN SALSA	RABAS	CALDERETA DE CORDERO	BOQUERONES
<b>GUARNICIÓN</b>	PATATAS DADO	ENSALADA	ENSALADA	ZANAHORIA SALTEADA	ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA
Propuesta de cena	Verdura + pescado + fruta	Verdura + carne + lácteo	Pasta + pescado + fruta	Arroz + huevo + fruta	Patata + ave + lácteo
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<b>PRIMEROS</b>	CREMA DE CALABACIN	LENTEJAS CASTELLANAS	FIDEUA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO	ARROZ CALDOSO
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA FRANCES	BACALAO AL HORNO	POLLO AL CHILINDRON	COCIDO CON VERDURAS	SALMON AL HORNO
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA		ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
Propuesta de cena	Pasta + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
El menú contiene fruta variada de temporada, agua y pan blanco e integral.					
<b>ENSALADAS:</b> Lechuga y 1 o 2 ingredientes (tomate, maíz, pepino, cebolla, zanahoria...)					
REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO.					