

Menú Early Years C/Paseo de la Habana - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY								MARTES / TUESDAY								MIÉRCOLES / WEDNESDAY								JUEVES / THURSDAY								VIERNES / FRIDAY																											
6								7								8								9								10 - MEXICAN FRIDAY																											
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)								Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)								Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)								Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)								Kedgerée Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)																											
Pasta & "chorizo"								Beans soup & vegetables								Creamy of fresh vegetables soup								Organic Lentils soup & vegetables								Kedgerée (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)																											
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)								Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)								Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)								Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)								Curry suave de pollo con tomate asado (7)																											
Grilled hake fille with vegetables								Potato omelette & roast tomato								Roasted Chicken & mixed salad								Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables								Curry chicken & roasted tomato																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																											
kcal		417	Líp		12,1	Prot		17,1	HdC		60	kcal		439	Líp		19,3	Prot		18,5	HdC		48	kcal		423	Líp		12,6	Prot		23,2	HdC		54	kcal		442	Líp		8,1	Prot		22,6	HdC		70	kcal		445	Líp		17,4	Prot		24,5	HdC		47
13								14								15								16								17 - GERMAN FRIDAY																											
Brócoli rehogado con ajitos								Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)								Crema de puerros (12)								Sopa de cocido (1,3,6,10)								Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)																											
Sautéed broccoli								Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)								Creamy of leeks soup								"Cocido" soup								Kartoffelsuppe (Potato soup)																											
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)								Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)								Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)								Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)								Schnitzel de Pollo al etilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)																											
Hake with tomato sauce & whole grain rice								Cheese omelette and roasted tomato								Veal hamburger with carrots & diced potatoes								Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots								Chicken Schnitzel & salad																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																											
kcal		469	Líp		17,4	Prot		19,4	HdC		59	kcal		377	Líp		15,2	Prot		18,4	HdC		42	kcal		415	Líp		21,9	Prot		8,8	HdC		46	kcal		460	Líp		12,7	Prot		23,9	HdC		63	kcal			Líp			Prot			HdC		
20								21								22								23								24 - ITALIAN FRIDAY																											
Paella vegetal								Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)								Patatas riojanas								Puré de verduras naturales (12)								Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)																											
Vegetarian "paella"								Organic beans soup & vegetables								Riojan potato & chorizo casserole								Creamy of vegetables soup								Aubergine mini pizzas																											
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)								Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)								Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)								Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)								Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)																											
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)								Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato								Herby hake fillet with vegetables								Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes								Tuna Lasagna & salad																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit								Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																											
kcal		452	Líp		14,9	Prot		24,2	HdC		55	kcal		453	Líp		14,7	Prot		23,6	HdC		57	kcal		450	Líp		19,9	Prot		13,4	HdC		54	kcal		446	Líp		13,8	Prot		11,2	HdC		69	kcal		409	Líp		22,1	Prot		23,6	HdC		29
27								28								29								30								31																											
SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS																											
kcal			Líp			Prot			HdC			kcal			Líp			Prot			HdC			kcal			Líp			Prot			HdC			kcal			Líp			Prot			HdC														

Menú sin carne ("vegetariano") - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas alla Norma (con salsa de tomate casera y berenjena) (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Pasta alla Norma (tomato sauce and aubergine)	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Tiras de "pollo" vegano (seitán Heura) a la manzana con guarnición de arroz blanco (1,6)	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Quiché casero de espinacas y queso con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Vegetarian strips & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Spinach "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Salchichas veganas encebolladas c/ensalada (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de tofu con tomate asado (1,6,7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Vegetarian sausage & onion with mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry tofu & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Gratinado de patata y coliflor con bechamel (1,6,7,10)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)	Schnitzel de seitán (Heura Tiras) al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Seitan Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Tiras Mediterráneas con champiñones y patatas asadas (1,6,10)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Herby hake filliet with vegetables	Mediterranean strips with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
	29	30	31	
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin azúcar - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogur sin azúcar.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
<u>Caracolas con salsa de tomate casera (no azúcar) (1,3,6,10)</u>	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Pasta & homemade tomato sauce	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Fil. De pollo asado con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken fillet & plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa con tomate grillé (asado con especias) (3)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón al horno con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (4)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Grilled salmon in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Vegetarian "paella"	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Ragout de pavo con champiñones	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Turkey ragout and mushrooms	Revuelto de huevo con tomate asado (3)	Ragout de ternera con zanahorias	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Schnitzel de Pollo al etilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Plain omelette & roasted tomato	Veal ragout and carrots	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo con tomate asado (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Plain omelette & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
	28	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin berenjena - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerie Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Schnitzel de Pollo al etilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Puré de verduras (no berenjena)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Creamy of vegetables soup
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
		Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin carne de cerdo - OCTOBER 2025



Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Pasta & homemade tomato sauce	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata sin carne) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup). NO meat.
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) sin chorizo ni partes grasas	Schnitzel de Pollo al etilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with heese & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots. NO chorizo.	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Scrambled eggs with heese & roasted tomato	Herby hake fiillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
	28	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin carne de cerdo ni frutos secos - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Pasta & homemade tomato sauce	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata sin carne) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup). NO meat.
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) sin chorizo ni partes grasas	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with cheese & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots. NO chorizo.	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Scrambled eggs with cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
	28	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin frutos secos - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
34	35	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta (allergen free) & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas (4)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Ragout de ternera con zanahorias	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Veal ragout and carrots	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade chicken scallop (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada (4)
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	31	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin carne de cerdo (Halal) - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).
 (*) Carne con certificado Halal.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Pasta & homemade tomato sauce	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo (*) asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)	Pollo (*) asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo (*) con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata sin carne) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup). NO meat.
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas vegetarianas con zanahorias y patatitas dado (1,6)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) sin chorizo ni partes grasas	Schnitzel de Pollo (*) al etilo alemán con ensalada (1,3,4,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with heese & roasted tomato	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots. NO chorizo.	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo (*) asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Scrambled eggs with heese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
34	35	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin huevo - OCTOBER 2025



Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta (allergen free) & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	"Tortilla" española de patata (harina de garbanzos) c/ens.de tomate aliñado con AOVE y orégano (12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	"Tortilla" con harina de garbanzos con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette (with chickpeas flour) & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	"Tortilla" (with chickpeas flour) & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (4) (arroz con pescado condimentado con especias). NO HUEVO.
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (4) (Rice seasoned, fish)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos) de queso y tomate grillé	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas (4)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette (with chickpeas flour) and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto (elaborado con harina de garbanzos) jamón con tomate asado	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada
Turkey ragout and mushrooms	"Omelette" (with chickpeas flour) & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade chicken scallop (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto (elaborado con harina de garbanzos) jamón con tomate asado	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada (4)
Turkey ragout and mushrooms	"Omelette" (with chickpeas flour) & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	31	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú bajo en calorías - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogur sin azúcar.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Jardinera de verduras rehogadas	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Rehogado de verduras tiernas	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Sautéed vegetablese	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed vegetables	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno c/guarnición de pasta salteada (1,3,4,6,10)	Tortilla francesa y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Fil. De pollo asado con guarnición de arroz integral	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with sautéed vegetables	PLAIN omelette & roast tomato	Roasted chicken fillet & brown rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Cous cous con verduras (1,6,10)	Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Cous cous and vegetables	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa con tomate grillé (asado con especias) (3)	Pollo asado (retirar piel) con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón al horno con verduritas salteadas (4)	Fil. De pollo con toque de curry y tomate asado
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Grilled salmon in orange sauce with vegetables	Chicken fillet & curry with roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Champiñones rehogados	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Salteado de verduras de temporada
Sautéed mushrooms	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Sautéed vegetables
Ragout de pavo con guarnición de arroz integral	Revuelto de huevo con tomate asado (3)	Ragout de ternera con zanahorias	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) sin chorizo ni partes grasas	Filete de pollo al horno con ensalada
Turkey ragout with brown rice	Plain omelette & roasted tomato	Veal ragout and carrots	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots. NO chorizo.	Grilled chicken fillet & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Champiñones rehogados	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Salteado de verduras de temporada	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Sautéed mushrooms	Organic beans soup & vegetables	Sautéed vegetables	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Ragout de pavo con guarnición de arroz integral	Revuelto de huevo con tomate asado (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado (retirar piel) en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada (1,3,4,6,10)
Turkey ragout with brown rice	Plain omelette & roasted tomato	Herby hake fiillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	31	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin pescado azul - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerie Indio (3) (arroz con <u>huevo condimentado con especias</u>)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerie (3,4) (Rice seasoned and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	<u>Fil ruso casero (carne picada) con guarnición de cous. cous con verduritas salteadas (1,6,10)</u>	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Homemade hamburger with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña de boloñesa vegetal y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)</u>
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian Lasagna & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	31	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin proteína de la leche - OCTOBER 2025



Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa y tomate grillé (asado con especias) (3)	Pollo asado con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Chicken with a fine touch of curry & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto de huevo y jamón con tomate asado (3)	Ragout de ternera con zanahorias	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham cheese & roasted tomato	Veal ragout and carrots	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade chicken scallop (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca (12)
	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y jamón con tomate asado (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro (NO BECHAMEL) y tomate con ensalada (1,3,4,6,10)
	Scrambled eggs with ham cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (NO BECHAMEL SAUCE) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú bajo en sal - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogur sin azúcar.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
<u>Caracolas con salsa de tomate casera (no azúcar)</u> (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Pasta & homemade tomato sauce	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	<u>Tortilla francesa y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano</u> (3)	<u>Fil. De pollo asado</u> con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fille with vegetables	PLAIN omelette & roast tomato	Roasted chicken fillet & plain rice	Grilled hake fille with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
13	14	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	<u>Tortilla francesa con tomate grillé</u> (asado con especias) (3)	Pollo asado (retirar piel) con ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	<u>Salmón al horno con guarnición de cous cous con verduritas salteadas</u> (4)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Roasted Chicken & mixed salad	Grilled salmon in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
20	21	15	16	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	<u>Sopa casera de verduras y fideos</u> (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	<u>Revuelto de huevo con tomate asado</u> (3)	<u>Ragout de ternera con zanahorias</u>	<u>Complemento del cocido</u> (<u>garbanzos ecológicos</u>) sin chorizo ni partes grasas	<u>Filete de pollo al horno con ensalada</u>
Turkey ragout and mushrooms	Plain omelette & roasted tomato	Veal ragout and carrots	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots. NO chorizo.	Grilled chicken fillet & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Patatas guisadas con verduras</u>	Puré de verduras naturales (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca</u> (12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	<u>Revuelto de huevo con tomate asado</u> (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Pollo asado (retirar piel) en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada</u> (1,3,4,6,10)
	Plain omelette & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	30	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú ovolacteo vegetariano sin lentejas - OCTOBER 2025



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas alla Norma (con salsa de tomate casera y berenjena) (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Pasta alla Norma (tomato sauce and aubergine)	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
Nuggets vegetales con salteado de verduras (elaboradas con harina de garbanzos) (1,6,10)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)	Tiras de "pollo" vegano (seitán Heura) a la manzana con guarnición de arroz blanco (1,6)	"Fil. Ruso" casero vegetariano (prot. Soja/guisante) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12)	Quiché casero de espinacas y queso con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Vegetarian nuggets and sautéed vegetables	Potato omelette & roast tomato	Vegetarian strips & apple with plain rice	Homemade vegetarian hamburger with herby potatoes	Spinach "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Cous cous con verduras (1,6,10)	Kedgeree Indio vegetariano (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Cous cous and vegetables	Kedgeree (3) (Rice seasoned and egg)
Daditos de tofu al pimentón con guarnición de arroz integral (1,6)	Tortilla francesa de calabacín y tomate grillé (asado con especias) (3)	Salchichas veganas encebolladas c/ensalada (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Tomates rellenos de arroz, tiras mediterráneas y tricolor de vegetales (1,6)	Curry suave de tofu con tomate asado (1,6,7)
Diced tofu and paprika with brown rice	Zucchini omelette and roasted tomato	Vegetarian sausage & onion with mixed salad	Stuffed tomato (rice and vegetables)	Curry tofu & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Gratinado de patata y coliflor con bechamel (1,6,7,10)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
Pakoras vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (con harina de garbanzos)	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)	Schnitzel de seitán (Heura Tiras) al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian n"pakoras" & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled egg & cheese with Tomato Salad	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Seitan Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24
	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
	Organic beans soup & vegetables	Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Hamburguesa vegetal a las finas hierbas con jardinera (1,6,10)	Tiras Mediterráneas con champiñones y patatas asadas (1,6,10)	Lasaña de proteína texturizada de soja y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)
	Scrambled egg & cheese with Tomato Salad	Vegetarian hamburger and vegetables	Mediterranean strips with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian Lasagna & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
31	32	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS