

Menú Early Years C/Ronda de Sobradriel - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
8	9	10
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta integral salteada (1,2,3,4,6,10,14)	Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta	French omelette & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
kcal 506 Líp 29,1 Prot 28,4 HdC 33	kcal 545 Líp 14,6 Prot 36,5 HdC 67	kcal 442 Líp 18,7 Prot 23,4 HdC 45
15	16	17
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)	Salmón al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
kcal 401 Líp 20,0 Prot 12,0 HdC 43	kcal 497 Líp 25,6 Prot 25,8 HdC 41	kcal 458 Líp 22,4 Prot 12,1 HdC 52
22	23	24
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
kcal 385 Líp 12,7 Prot 20,2 HdC 48	kcal 442 Líp 14,8 Prot 26,2 HdC 51	kcal 494 Líp 16,0 Prot 20,6 HdC 67
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (1,3,6,10)	
Sautéed broccoli	"Cocido" soup	
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo	
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido"	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
kcal 401 Líp 18,9 Prot 12,5 HdC 45	kcal 410 Líp 13,7 Prot 13,8 HdC 58	

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta	Creamy of vegetables soup
Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
kcal 542 Líp 18,1 Prot 21,2 HdC 74	kcal 484 Líp 22,4 Prot 23,9 HdC 47
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup
Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)	Pollo a la Parmigiana con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Hake fillet fritter & Mediterranean salad	Chicken "Parmigiana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
kcal 468 Líp 12,0 Prot 24,1 HdC 66	kcal 484 Líp 22,4 Prot 23,9 HdC 47
18	19
Fideuá vegetal (1,3,6,10)	Sopa de pollo y maíz (1,3,6,10)
Vegetable "Fideua"	Chicken & sweetcorn soup
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
kcal 458 Líp 15,7 Prot 10,8 HdC 69	kcal 662 Líp 19,5 Prot 48,4 HdC 72
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)
Organic beans & vegetables stew	Mac (whole grain pasta) & cheese
Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)	Fish & chips con ensalada de col Americana (1,3,4,6,10). Elaboración casera.
Scrambled eggs & turkey ham with salad	Fish & chips and American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
kcal 459 Líp 9,9 Prot 6,9 HdC 36	kcal 542 Líp 18,1 Prot 21,2 HdC 74

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

HASTINGS
SCHOOL

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

Menú sin carne de cerdo, marisco, pescado, ternera - SEPTEMBER 2025

	
LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY
8	9
<u>Ensalada campera</u> (patata, cebolla, tomate, huevo cocido) (3,12)	Puré de calabacín y puerros (12)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg)	Creamy of zucchini and leeks soup
<u>Falafel con salsa de yogur y ens. De zanahoria rallada y maíz</u> (1,6)	<u>Daditos de tofu en salsa de tomate con pasta integral salteada</u> (1,3,6,10)
Falafel and yogurth sauce with salad	Diced tofu on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	<u>Tosta casera de escalivada de verduras</u> (1)
Green beans & onion, garlic	Home made "escalivada" (roasted vegetables) toast
<u>Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz</u> (3,12)	<u>Garbanzos ecológicos con verduras y arroz</u>
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Organic chick-peas & vegetables, rice stew
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23
Crema de zanahorias (12)	<u>Guisantes salteados con cebolla y ajitos</u>
Creamy carrots soup	Sautéed peas, garlic and onion
<u>Hamburguesa vegetales con jardinera y patatas dado</u> (6,12)	<u>Patatas guisadas con verduras y tofu</u> (1,6,12)
Vegetarian hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Potatoes, vegetables and tofu stew
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Sopa casera de verduras</u> (1,3,6,10)
Sautéed broccoli	Home made vegetables soup
<u>Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria</u> (3,12)	<u>Cocido vegetariano: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, SIN CARNE</u>
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido" (no meat)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
<u>Pasta salteada al aggio e olio</u> (1,3,6,10)	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta	Creamy of vegetables soup
<u>Albóndigas vegetales (prot. Guisante) con jardinera de verduras y patatitas dado</u> (6)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Vegetarian meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup
<u>Empanada casera de espinacas y queso c/ens. mediterránea</u> (1,3,5,6,7,8,10,11)	Pollo a la Parmigiana con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Home made spinach and cheese pastry & Mediterranean salad	Chicken "Parmigiana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
18	19
Fideuá vegetal (1,3,6,10)	<u>Sopa de vegetales y maiz</u> (1,3,6,10)
Vegetable "Fideua"	Vegetables & sweetcorn soup
<u>Pakorras caseras vegetarianas con ratatouille</u>	<u>Fajitas de seitán (tiras Heura) con ensalada "Pico de Gallo"</u> (1,6)
Home made vegetarian pakoras & ratatouille	Vegetarian (seitan) "Fajitas" with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
25	26
<u>Judías blancas ecológicas</u> estofadas c/verduras	Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)
Organic beans & vegetables stew	Mac (whole grain pasta) & cheese
<u>Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, tomate, maíz</u> (3,7)	<u>Fingers de tofu & chips con ensalada de col Americana</u> (1,3,6,10). <u>Elaboración casera.</u>
Scrambled eggs & cheese ham with salad	Tofu fingers & chips and American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert

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

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

Menú sin carne de cerdo - SEPTEMBER 2025



(*) carne de ave con certificado Halal.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY
8	9
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)	Puré de calabacín y puerros (12)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup
Huevos revueltos con calabacín y ens. De zanahoria rallada y maíz (3)	Bacalao en salsa de tomate con pasta integral salteada (1,2,3,4,6,10,14)
Scrambleed egg & zuchinni with salad	Codfish on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)	Salmon al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Grilled salmon & steamed rice
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23
Crema de zanahorias (12)	Patatas guisadas con verduras (12)
Creamy carrots soup	Potatoes and vegetables casserole
Hamburguesa vegetales con jardinera y patatas dado (6,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)
Vegetarian hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa casera de verduras (1,3,6,10)
Sautéed broccoli	Home made vegetables soup
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro. Sin carne.
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido" (no meat)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta	Creamy of vegetables soup
Albóndigas vegetales (prot. Guisante) con jardinera de verduras y patatitas dado (6)	Fil. pollo (*) al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Vegetarian meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup
Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)	Pollo (*) a la Parmigiana con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Hake fillet fritter & Mediterranean salad	Chicken "Parmigiana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
18	19
Fideuá vegetal (1,3,6,10)	Sopa de pollo y maíz (1,3,6,10)
Vegetable "Fideua"	Chicken & sweetcorn soup
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo (*) con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)
Organic beans & vegetables stew	Mac (whole grain pasta) & cheese
Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)	Fish & chips con ensalada de col Americana (1,3,4,6,10). Elaboración casera.
Scrambled eggs & cheese with salad	Fish & chips and American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert

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

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

Menú Primaria sin champiñones - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
8	9	10
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta integral salteada (1,2,3,4,6,10,14)	Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta	French omelette & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)	Salmón al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23	24
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce
Hamburguesa de ternera c/jardinera (NO CHAMPIÑONES) y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (1,3,6,10)	
Sautéed broccoli	"Cocido" soup	
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo	
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido"	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta	Creamy of vegetables soup
Albóndigas de ternera con jardinera (NO CHAMPIÑONES) y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (NO CHAMPIÑONES) (1,3,6,9,10)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup
Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)	Pollo a la Parmigiana con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Hake fillet fritter & Mediterranean salad	Chicken "Parmigiana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
18	19
Fideuá vegetal (1,3,6,10)	Sopa de pollo y maíz (1,3,6,10)
Vegetable "Fideua"	Chicken & sweetcorn soup
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (NO CHAMPIÑONES) (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)
Organic beans & vegetables stew	Mac (whole grain pasta) & cheese
Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)	Fish & chips con ensalada de col Americana (1,3,4,6,10). Elaboración casera.
Scrambled eggs & turkey ham with salad	Fish & chips and American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert

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

Menú sin frutos secos - SEPTEMBER 2025



JUEVES / THURSDAY			VIERNES / FRIDAY		
4			5		
Pasta salteada al aggio e olio (1,3,6,10)			Puré de verduras de temporada (12)		
Aggio e olio pasta			Creamy of vegetables soup		
Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)			Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry		
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes			Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce		
Fruta de temporada / Seasonal fruit			Yogures surtidos (7) / Dairy dessert		
11			12		
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate			Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)		
Brown rice with homemade tomato sauce			Minestrone soup		
Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)			Pollo a la Parmigiana con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)		
Hake fillet fritter & Mediterranean salad			Chicken "Parmigiana" & "Panzanella" salad		
Fruta de temporada / Seasonal fruit			Yogures surtidos (7) / Dairy dessert		
18			19		
Fideuá vegetal (1,3,6,10)			Sopa de pollo y maiz (1,3,6,10)		
Vegetable "Fideua"			Chicken & sweetcorn soup		
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)			Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)		
Hake fillet on ratatouille bed			Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"		
Fruta de temporada / Seasonal fruit			Yogures surtidos (7) / Dairy dessert		
25			26		
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras			Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)		
Organic beans & vegetables stew			Mac (whole grain pasta) & cheese		
Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)			Fish & chips con ensalada de col Americana (1,3,4,6,10). Elaboración casera.		
Scrambled eggs & turkey ham with salad			Fish & chips and American coleslaw salad		
Fruta de temporada / Seasonal fruit			Yogures surtidos (7) / Dairy dessert		
29			30		
Brócoli rehogado con ajitos			Sopa de cocido (1,3,6,10)		
Sautéed broccoli			"Cocido" soup		
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)			Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo		
Spanish potato and onion omelette with salad			Assorted "cocido"		
Fruta de temporada / Seasonal fruit			Fruta de temporada / Seasonal fruit		

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

Gluten

Crustáceos

Huevos

Pescado

Cacahuete

Soja

Leche

Frutos de cáscara

Apio

Mostaza

Sésamo

Sulfitos

Altramuces

Moluscos

Menú sin frutos secos, huevo (tolera trazas), kiwi, pescado ni tomate natural crudo. NO piel de frutas - SEPTEMBER 2025



HASTINGS
SCHOOL

			JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			4	5
			Pasta salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Puré de verduras de temporada (12)
			Aggio e olio pasta	Creamy of vegetables soup
			Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
			Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
8	9	10	11	12
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate y atún claro) (4,12). NO HUEVO.	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras sin sofrito de tomate)	Arroz (integral) con salsa casera de tomate (frito)	Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)
Potato salad (onion, fresh tomato and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables	Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Taquitos de pavo con pasta sin alérgenos salteada	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos, sin huevo) con ensalada variada	Lacón al horno con ensalada variada (sin tomate)	Escalope de pollo con ensalada Panzanella (con harina de maíz sin pasar por huevo). NO QUESO.
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)	Diced turkey in sauce & sautéed pasta (allergen free)	"Omelette" (with chick-peas flour) & salad	Roasted lacon & salad (no raw tomato)	Chicken scalloope (corn flour) & "Panzanella" salad. NO cheese.
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
15	16	17	18	19
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Fideuá vegetal (1,3,6,10)	Sopa de pollo y maíz (1,3,6,10)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Vegetable "Fideua"	Chicken & sweetcorn soup
"Tortilla española" con ens. lechuga, cebolla y maíz (12; elaborada con harina de garbanzos)	Filete de pollo c/arroz blanco hervido al laurel	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)	Omelette (elaborada con harina de garbanzos) de calabacín con ratatouille	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Potato omelette (with chickpeas flour) & salad	Grilled chicken fillet & steamed rice	Turkey ragout and vegetables	Zuchinni omelette (with chickpeas flour) and ratatouille	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
22	23	24	25	26
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate	Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce	Organic beans & vegetables stew	Mac (whole grain pasta) & cheese
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Cinta de lomo al ajillo con guarnición de guisantes.	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas	"Tortilla" de pavo y ens. de lechuga, maíz (elaborada con harina de garbanzos; 6)	Fingers pollo caseros & chips con ens.Americana (1,6,10). Elaboración casera sin pasar por huevo.
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Grilled pork loin and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini	Turkey "omelette" (with chickpeas flour) ham with salad	Chicken fingers & chips and American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).		
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (1,3,6,10)			
Sautéed broccoli	"Cocido" soup			
"Tortilla" de patata y cebolla (elaborada con harina de garbanzos) c/ensalada (no tomate)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo			
Spanish "omelette" (with chickpeas flour) with salad	Assorted "cocido"			
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			

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

Menú sin gluten - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
8	9	10
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta sin alérgenos (2,4,14)	Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed allergen free pasta	French omelette & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)	Salmón al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23	24
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar). Servicio diario de pan sin gluten.
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	
Sautéed broccoli	"Cocido" soup (allergen free noodles)	
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo	
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido"	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta (allergen free)	Creamy of vegetables soup
Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (9; pasta sin alérgenos)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup (allergen free pasta)
Merluza a la andaluza (casera con harina de maíz) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (4)	Escalope de pollo con ensalada Panzanella (con harina de maíz sin pasar por huevo)...
Hake fillet fritter (corn flour, gluten free) & Mediterranean salad	Chicken scalloope (corn flour) & "Panzanella" salad.
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
18	19
Fideuá vegetal (pasta sin alérgenos)	Sopa de pollo y maíz (pasta sin alérgenos)
Vegetable "Fideua" (allergen free pasta)	Chicken & sweetcorn soup (allergen free pasta)
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (fajita de maíz sin gluten)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta sin alérgenos) & cheese (7)
Organic beans & vegetables stew	Mac (allergen free pasta) & cheese
Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)	Fish & chips con ensalada de col Americana sin mahonesa (4; elaboración casera con harina de maíz)
Scrambled eggs & turkey ham with salad	Fish & chips (allergen free) & American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert

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

Menú sin gluten ni lactosa - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
8	9	10
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta sin alérgenos (2,4,14)	Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed allergen free pasta	French omelette & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)	Salmon al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23	24
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar). Servicio diario de pan sin gluten.
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	
Sautéed broccoli	"Cocido" soup (allergen free noodles)	
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo	
Spanish potato and onion omelette with salad	Assorted "cocido"	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta (allergen free)	Creamy of vegetables soup
Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (9; pasta sin alérgenos)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup (allergen free pasta)
Merluza a la andaluza (casera con harina de maíz) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (4)	Escalope de pollo con ensalada Panzanella (con harina de maíz sin pasar por huevo). NO QUESO.
Hake fillet fritter (corn flour, gluten free) & Mediterranean salad	Chicken scalloope (corn flour) & "Panzanella" salad. NO cheese.
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
18	19
Fideuá vegetal (pasta sin alérgenos)	Sopa de pollo y maíz (pasta sin alérgenos)
Vegetable "Fideua" (allergen free pasta)	Chicken & sweetcorn soup (allergen free pasta)
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (fajita de maíz sin gluten)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta sin alérgenos) & cheese (7)
Organic beans & vegetables stew	Mac (allergen free pasta) & cheese
Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)	Fish & chips con ensalada de col Americana sin mahonesa (4; elaboración casera con harina de maíz)
Scrambled eggs & turkey ham with salad	Fish & chips (allergen free) & American coleslaw salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

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

Menú sin huevo - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
8	9	10
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate y atún claro) (4,12). NO HUEVO.	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Potato salad (onion, fresh tomato and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta sin alérgenos (2,4,14)	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos, sin huevo) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed allergen free pasta	"Omelette" (with chick-peas flour) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
"Tortilla española" con ens. lechuga, cebolla y maíz (12; elaborada con harina de garbanzos)	Salmon al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)
Potato omelette (with chickpeas flour) & salad	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
22	23	24
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	
Sautéed broccoli	"Cocido" soup (allergen free noodles)	
"Tortilla" de patata y cebolla (elaborada con harina de garbanzos) c/ensalada (12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo	
Spanish "omelette" (with chickpeas flour) with salad	Assorted "cocido"	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5
Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Puré de verduras de temporada (12)
Aggio e olio pasta (allergen free)	Creamy of vegetables soup
Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
11	12
Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (9; pasta sin alérgenos)
Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup (allergen free pasta)
Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)	Escalope de pollo con ensalada Panzanella (con harina de maíz sin pasar por huevo). NO QUESO.
Hake fillet fritter & Mediterranean salad	Chicken scalloope (corn flour) & "Panzanella" salad. NO cheese.
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
18	19
Fideuá vegetal (pasta sin alérgenos)	Sopa de pollo y maíz (pasta sin alérgenos)
Vegetable "Fideua" (allergen free pasta)	Chicken & sweetcorn soup (allergen free pasta)
Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert
25	26
Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta sin alérgenos) & cheese (7)
Organic beans & vegetables stew	Mac (allergen free pasta) & cheese
"Tortilla" de pavo y ens. de lechuga, tomate, maíz (elaborada con harina de garbanzos; 6)	Fish & chips con ensalada de col Americana sin mahonesa (4; sin gluten ni huevo). Elaboración casera.
Turkey "omelette" (with chickpeas flour) ham with salad	Fish & chips (allergen free) & American coleslaw salad (no mayo)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Dairy dessert

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

Menú sin huevo ni proteína de la leche - SEPTEMBER 2025



			JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			4	5
			Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Puré de verduras de temporada (12)
			Aggio e olio pasta (allergen free)	Creamy of vegetables soup
			Albóndigas de ternera con jardinera de verduras y patatitas dado (6,10,11,12)	Filete de pollo al estilo Katsu Japonés con salsa suave de curry
			Veal meatballs cooked in vegetables sauce & diced potatoes	Katsu chicken fillet & Japanese inspired curry sauce
LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
8	9	10	11	12
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate y atún claro) (4,12). NO HUEVO.	Puré de calabacín y puerros (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Arroz (intergral) con salsa casera de tomate	Sopa Minestrone (9; pasta sin alérgenos)
Potato salad (onion, fresh tomato and tuna)	Creamy of zucchini and leeks soup	Organic Lentils soup & vegetables	Brown rice with homemade tomato sauce	Minestrone soup (allergen free pasta)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Bacalao en salsa de tomate con pasta sin alérgenos (2,4,14)	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos, sin huevo) con ensalada variada	Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)	Escalope de pollo con ensalada Panzanella (con harina de maíz sin pasar por huevo). NO QUESO.
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)	Codfish on tomato sauce & sautéed allergen free pasta	"Omelette" (with chick-peas flour) & salad	Hake fillet fritter & Mediterranean salad	Chicken scalloope (corn flour) & "Panzanella" salad. NO cheese.
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
15	16	17	18	19
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos	Garbanzos ecológicos con verduras	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Fideuá vegetal (pasta sin alérgenos)	Sopa de pollo y maíz (pasta sin alérgenos)
Green beans & onion, garlic	Organic chick-peas & vegetables stew	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Vegetable "Fideua" (allergen free pasta)	Chicken & sweetcorn soup (allergen free pasta)
"Tortilla española" con ens. lechuga, cebolla y maíz (12; elaborada con harina de garbanzos)	Salmón al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)	Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)	Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)	Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)
Potato omelette (with chickpeas flour) & salad	Grilled salmon & steamed rice	Turkey ragout and vegetables	Hake fillet on ratatouille bed	Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"
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
22	23	24	25	26
Crema de zanahorias (12)	Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)	Arroz con salsa casera de tomate	Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras	Mac (pasta sin alérgenos) & cheese (7)
Creamy carrots soup	Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole	Rice and homemade tomato sauce	Organic beans & vegetables stew	Mac (allergen free pasta) & cheese
Hamburguesa de ternera con jardinera y patatas dado (6,10,11,12)	Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)	Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas	"Tortilla" de pavo y ens. de lechuga, tomate, maíz (elaborada con harina de garbanzos; 6)	Fish & chips con ensalada de col Americana sin mahonesa (4; sin gluten ni huevo). Elaboración casera.
Veal hamburger & vegetable stew and diced potatoes	Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas	Chicken in garlic sauce with herby zucchini	Turkey "omelette" (with chickpeas flour) ham with salad	Fish & chips (allergen free) & American coleslaw salad (no mayo)
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	Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).		
Brócoli rehogado con ajitos	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)			
Sautéed broccoli	"Cocido" soup (allergen free noodles)			
"Tortilla" de patata y cebolla (elaborada con harina de garbanzos) c/ensalada (12)	Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, carne, pollo			
Spanish "omelette" (with chickpeas flour) with salad	Assorted "cocido"			
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			

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

Menú sin ternera ni proteína de la vaca - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	
8		9		10		11		12	
Ensalada campera (patata, cebolla, tomate, huevo cocido y atún claro) (3,4,12)		Puré de calabacín y puerros (12)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Arroz (integral) con salsa casera de tomate		Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)	
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg and tuna)		Creamy of zucchini and leeks soup		Organic Lentils soup & vegetables		Brown rice with homemade tomato sauce		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Bacalao en salsa de tomate con pasta integral salteada (1,2,3,4,6,10,14)		Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)		Merluza a la andaluza (casera) c/ens. mediterránea (lechuga, tomate, aceitunas) (1,4,6,10)		Escalope de pollo con ensalada Panzanella (1,3,6,10). NO QUESO.	
Grilled pork loin with salad (shreded carrot and sweet corn)		Codfish on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta		French omelette & salad		Hake fillet fritter & Mediterranean salad		Chicken scalloope & "Panzanella" salad. NO QUESO.	
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	
15		16		17		18		19	
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos		Garbanzos ecológicos con verduras		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Fideuá vegetal (1,3,6,10)		Sopa de pollo y maíz (1,3,6,10)	
Green beans & onion, garlic		Organic chick-peas & vegetables stew		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Vegetable "Fideua"		Chicken & sweetcorn soup	
Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz (3,12)		Salmón al horno con arroz blanco hervido al laurel (4)		Ragout de pavo con sus verduras (salteado de calabacín, zanahoria, cebolla)		Fil. de merluza sobre cama de ratatouille (4)		Fajitas de pollo con ensalada "Pico de Gallo" (1)	
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)		Grilled salmon & steamed rice		Turkey ragout and vegetables		Hake fillet on ratatouille bed		Chicken Fajitas with "Pico de Gallo"	
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	
22		23		24		25		26	
Crema de zanahorias (12)		Patatas a la Riojana (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)		Arroz con salsa casera de tomate		Judías blancas ecológicas estofadas c/verduras		Macarrones integrales&salsa casera de tomate(1,3,6,10)	
Creamy carrots soup		Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole		Rice and homemade tomato sauce		Organic beans & vegetables stew		Whole grain pasta and home made tomato sauce	
Hamburguesa vegetariana (proteína de soja y guisantes) c/jardinera y patatas dado (6)		Fil. de pescadilla en salsa verde (cebolla, ajito, perejil) con guisantes (4)		Pollo al ajillo con daditos de calabacín a las finas hierbas		Huevos revueltos con pavo y ensalada de lechuga, tomate, maíz (3,6)		Fish & chips con ensalada de col Americana (1,3,4,6,10). Elaboración casera.	
Vegetarian hamburger & vegetable stew and diced potatoes		Whiting fillet in sauce (onion, garlic, parsley) and peas		Chicken in garlic sauce with herby zucchini		Scrambled eggs & turkey ham with salad		Fish & chips and American coleslaw 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		Fruta de temporada en función de su estado de maduración.					
Brócoli rehogado con ajitos		Sopa casera de verduras (1,3,6,10)							
Sautéed broccoli		Home made vegetables soup							
Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria (3,12)		Complemento del cocido: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro. Sin carne.							
Spanish potato and onion omelette with salad		Assorted "cocido" (no meat)							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit							

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

Menú vegetariano (ovolacteo vegetariano) - SEPTEMBER 2025



LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Dairy dessert																							
8		9		10		11		12																							
<u>Ensalada campera</u> (patata, cebolla, tomate, huevo cocido) (3,12)		Puré de calabacín y puerros (12)		<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)		Arroz (integral) con salsa casera de tomate		Sopa Minestrone (1,3,6,9,10)																							
Potato salad (onion, fresh tomato, hard boiled egg)		Creamy of zucchini and leeks soup		Organic Lentils soup & vegetables		Brown rice with homemade tomato sauce		Minestrone soup																							
<u>Falafel con salsa de yogur y ens. De zanahoria rallada y maíz</u> (1,6)		<u>Daditos de tofu en salsa de tomate con pasta integral salteada</u> (1,3,6,10)		Tortilla a la francesa con ensalada variada (3)		<u>Empanada casera de espinacas y queso c/ens. mediterránea</u> (1,3,5,6,7,8,10,11)		<u>Tiras Mediterráneas (Heura) con ensalada Panzanella</u> (1,6)																							
Falafel and yogurth sauce with salad		Diced tofu on tomato sauce & sautéed whole-grain pasta		French omelette & salad		Home made spinach and cheese pastry & Mediterranean salad		Vegetarian strips & "Panzanella" salad																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Dairy dessert																							
15		16		17		18		19																							
Judías verdes salteadas con cebolla y ajitos		<u>Tosta casera de escalivada de verduras</u> (1)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Fideuá vegetal (1,3,6,10)		<u>Sopa de vegetales y maíz</u> (1,3,6,10)																							
Green beans & onion, garlic		Home made "escalivada" (roasted vegetables) toast		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Vegetable "Fideua"		Vegetables & sweetcorn soup																							
<u>Tortilla española de patata con ensalada de lechuga, cebolla y maíz</u> (3,12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras y arroz		<u>Tomate relleno de vegetales</u> (calabacín, zanahoria, cebolla) y <u>boloñesa vegetal</u> (1,6)		<u>Pakorras caseras vegetarianas con ratatouille</u>		<u>Fajitas de seitán (tiras Heura) con ensalada "Pico de Gallo"</u> (1,6)																							
Potato omelette & salad (lettuce, onion and sweet corn)		Organic chick-peas & vegetables, rice stew		Stuffed tomato with vegetables, soya bolognese		Home made vegetarian pakoras & ratatouille		Vegetarian (seitan) "Fajitas" with "Pico de Gallo"																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Dairy dessert																							
22		23		24		25		26																							
Crema de zanahorias (12)		<u>Guisantes salteados con cebolla y ajitos</u>		Arroz con salsa casera de tomate		<u>Judías blancas ecológicas</u> estofadas c/verduras		Mac (pasta integral) & cheese (1,3,6,7,10)																							
Creamy carrots soup		Sautéed peas, garlic and onion		Rice and homemade tomato sauce		Organic beans & vegetables stew		Mac (whole grain pasta) & cheese																							
<u>Hamburguesa vegetales con jardinera y patatas dado</u> (6,12)		<u>Patatas guisadas con verduras y tofu</u> (1,6,12)		<u>Tiras vegetales Mediterráneas al ajillo c/daditos de calabacín a las finas hierbas</u> (1,6)		<u>Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, tomate, maíz</u> (3,7)		<u>Fingers de tofu & chips con ensalada de col Americana</u> (1,3,6,10). <u>Elaboración casera.</u>																							
Vegetarian hamburger & vegetable stew and diced potatoes		Potatoes, vegetables and tofu stew		Vegetarian strips with herby zucchini		Scrambled eggs & cheese ham with salad		Tofu fingers & chips and American coleslaw salad																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Dairy dessert																							
29		30		Fruta de temporada en función de su estado de maduración. Yogures surtidos (preferentemente yogur natural sin azúcar).																											
Brócoli rehogado con ajitos		<u>Sopa casera de verduras</u> (1,3,6,10)																													
Sautéed broccoli		Home made vegetables soup																													
<u>Tortilla española de patata y cebolla con ens. lechuga, maíz y zanahoria</u> (3,12)		<u>Cocido vegetariano: garbanzos eco, zanahoria, patata, puerro, SIN CARNE</u>																													
Spanish potato and onion omelette with salad		Assorted "cocido" (no meat)																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14	
				Gluten		Crustáceos		Huevos		Pescado		Cacahuete		Soja		Leche		Frutos de cáscara		Apio		Mostaza		Sésamo		Sulfitos		Altramuces		Moluscos	