

Menú Primaria C/Bendición de Campos - 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								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)								Kedgeree 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								Kedgeree (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)								Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)								Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (4)								Curry suave de pollo con tomate asado (7)							
Grilled hake fillet with vegetables								Potato omelette & roast tomato								Turkey ragout with potatoes								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 - SUSTAINABLE DAY								15								16								17 - GERMAN FRIDAY							
Brócoli rehogado con ajitos								Fideuà 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. de merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)								Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)								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)							
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 berenjena con tomate, queso y orégano (3,7)							
Vegetarian "paella"								Organic beans soup & vegetables								Riojan potato & chorizo casserole								Creamy of vegetables soup								Homemade aubergine minipizzas (with tomato sauce, cheese, oregano)							
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)								Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,17)								Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)								Magro de cerdo 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		kcal		Líp		Prot		HdC	

Menú adaptado Kosher - 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).

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3
Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)	<u>Quiché casero de espinacas y queso con ens. Mixta</u> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Spinach "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Kedgeriee Indio vegetariano</u> (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3) (Rice seasoned and egg)
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Turkey ragout with potatoes	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17
Crema de puerros (12)	<u>Sopa casera de verduras y fideos</u> (1,3,6,10)	Gratinado de patata y coliflor con bechamel (1,6,7,10)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
<u>Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas</u> (1,6,10)	<u>Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)</u>	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24
<u>Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)</u>	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	<u>Fil. De pollo en salsa casera con champiñones y patatas asadas</u> (12)	<u>Lasaña de proteína texturizada de soja y tomate con ensalada</u> (1,3,6,7,10)
Herby hake fillet with vegetables	Chicken fillet in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian 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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY
6	7
<u>Caracolas alla Norma (con salsa de tomate casera y berenjena)</u> (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)
Pasta alla Norma (tomato sauce and aubergine)	Beans soup & 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)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
13	14 - SUSTAINABLE DAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de calabacín y tomate grillé (asado con especias) (3)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Zucchini omelette and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
20	21
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables
<u>Pakorras vegetales con ensalada</u> (lechuga, maíz, zanahoria) (con harina de garbanzos)	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)
Vegetarian n"pakoras" & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
27	28
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú con arroz y pasta a diario - 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 con arroz (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Guiso de judías blancas con vegetales y arroz
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables and rice	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Organic beans soup & rice
Fil. de merluza a la andaluza casera con jardinera de verduras (1,4,6,10)	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)
Breaded 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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos y patatas	Fideuà 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 & boiled potatoes	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 patata asada (3,12)	Ragout de pavo con pasta salteada (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo) (1,3,6,10)	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 potato	Turkey ragout with pasta	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	17 GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas con arroz	Crema de puerros (12). Agregar AOVE crudo.	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables, rice	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 ens. De arroz (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 & rice 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 con arroz	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, rice	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 ens. De pasta y jardinera (1,3,4,6,10,12)	Pollo asado en salsa casera con champiñones, arroz 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 mushroom, rice 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
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin atún - 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 con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sautéed 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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà 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)	Kedgerée 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	Kedgerée (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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN 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, 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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de proteína texturizada de soja y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)
		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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin atún, habas ni judías - OCTOBER 2025

HASTINGS
SCHOOL

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
6	7
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Brócoli al pimentón
Pasta & "chorizo"	Broccoli and paprika
Fil. de merluza al horno con salteado de verduras (cebolla, pimiento, zanahoria) (4)	Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
13	14 - SUSTAINABLE DAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
20	21
Paella vegetal (sin judías ni habas)	Salteado de coliflor y brócoli
Vegetarian "paella"	Sautéed cauliflower and broccoli
Ragout de pavo con champiñones	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham and cheese & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
27	28
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Puré de calabacín (12)	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Coliflor rehogada con ajitos
Creamy of zucchini soup	Pasta carbonara	Cauliflower and garlic
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Puré de verduras y hortalizas (sin judías, ni habas) (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerée Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerée (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmón a la naranja c/cous cous y verduritas salteadas (cebolla, pimiento, calabacín) (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Turkey ragout with potatoes	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (sin judías ni habas) (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (cebolla, pimiento, calabacín) (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de proteína texturizada de soja y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin carne de cerdo, manzana ni pera - 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
<u>Caracolas con salsa de tomate casera</u> (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	<u>Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano</u> (1,3,6,10)	<u>Cassoulet</u> (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)
<u>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</u> (4)	<u>Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano</u> (3,12)	<u>Pollo asado</u> con guarnición de arroz blanco	<u>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</u> (4,12)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (lechuga, tomate) (3)
Grilled hake fillet with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
<u>Brócoli rehogado con ajitos</u>	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	<u>Puré de verduras y hortalizas de temporada</u> (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Kedgeriee Indio</u> (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)
<u>Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral</u> (4)	<u>Tortilla francesa de queso y tomate grillé</u> (asado con especias) (3,7)	<u>Ragout de pavo con patatas al vapor</u> (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	<u>Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas</u> (1,4,6,10)	<u>Curry suave de pollo con tomate asado</u> (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17 GERMAN FRIDAY
<u>Paella vegetal</u>	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Crema de puerros</u> (12)	<u>Sopa casera de verduras y fideos</u> (1,3,6,10)	<u>Kartoffelsuppe</u> (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.
<u>Sepia rebozada</u> con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	<u>Revuelto de huevo y queso con tomate asado</u> (3,7)	<u>Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado</u> (10,11,12)	<u>Complemento del cocido</u> (<u>garbanzos ecológicos</u>) sin chorizo ni partes grasas	<u>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</u> (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
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
		<u>Patatas guisadas con verduras</u>	<u>Puré de verduras naturales</u> (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca</u> (7,12)
		Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		<u>Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera</u> (4,12)	<u>Fil. De pollo en salsa casera con champiñones y patatas asadas</u> (12)	<u>Lasaña de atún claro y tomate con ensalada</u> (1,3,4,6,7,10)
		Herby hake fillet with vegetables	Chicken fillet in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
29	30	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin cerdo, pescado, ternera - 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).

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco	"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)
Roasted chicken & 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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio vegetariano (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3) (Rice seasoned and egg)
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Tomates rellenos de arroz, seitán y tricolor de vegetales (1,6)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Turkey ragout with potatoes	Stuffed tomato (rice and vegetables)	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17
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)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24
Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Hamburguesa vegetal a las finas hierbas con jardinera (1,6,10)	Fil. De pollo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de proteína texturizada de soja y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian hamburger and vegetables	Chicken fillet in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian 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

Menú sin carne de cerdo ni ternera - 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
<u>Caracolas con salsa de tomate casera</u> (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	<u>Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano</u> (1,3,6,10)	<u>Cassoulet</u> (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)
<u>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</u> (4)	<u>Tortilla española de patata y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano</u> (3,12)	<u>Pollo asado a la manzana</u> con guarnición de arroz blanco	<u>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</u> (4,12)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (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)
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
<u>Brócoli rehogado con ajitos</u>	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	<u>Puré de verduras y hortalizas de temporada</u> (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Kedgeriee Indio</u> (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)
<u>Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral</u> (4)	<u>Tortilla francesa de queso y tomate grillé</u> (asado con especias) (3,7)	<u>Ragout de pavo con patatas al vapor</u> (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	<u>Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas</u> (1,4,6,10)	<u>Curry suave de pollo con tomate asado</u> (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17 GERMAN FRIDAY
<u>Paella vegetal</u>	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	<u>Crema de puerros</u> (12)	<u>Sopa casera de verduras y fideos</u> (1,3,6,10)	<u>Kartoffelsuppe</u> (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.
<u>Sepia rebozada</u> con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	<u>Revuelto de huevo y queso con tomate asado</u> (3,7)	<u>Albóndigas vegetarianas</u> (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	<u>Garbanzos ecológicos con verduras</u> (patata, zanahoria, repollo)	<u>Schnitzel de Pollo</u> al etilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with heese & roasted tomato	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Chicken Schnitzel & salad
<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
		<u>Patatas guisadas con verduras</u>	<u>Puré de verduras naturales</u> (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca</u> (7,12)
		Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		<u>Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera</u> (4,12)	<u>Fil. De pollo en salsa casera con champiñones y patatas asadas</u> (12)	<u>Lasaña de atún claro y tomate con ensalada</u> (1,3,4,6,7,10)
		Herby hake fillet with vegetables	Chicken fillet in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Fruta de temporada</u> / Seasonal fruit	<u>Yogures surtidos</u> (7) / Varied Yogurts
29	30	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	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 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 - SUSTAINABLE DAY	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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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	Turkey ragout with potatoes	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 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
		Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Fil. De pollo 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 fillet 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 tomate, no chocolate, no cítricos, no comida muy fritas, no salsas ketchup/barbacoa, no croquetas o pollo empanado.

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 salteadas con AOVE y orégano (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y verduras)
Sautéed pasta	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	Tortilla francesa y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	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	Plain 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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà 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 al horno con guarnición de arroz integral (4)	Tortilla francesa de queso y lechuga (3)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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
Grilled hake fillet & whole grain rice	Cheese omelette and lettuce	Turkey ragout with potatoes	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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
20	21	15	16	17 GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10). Desagrasada.	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)	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado al vapor (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos). NO chorizo, no partes grasas.	Filete de pollo al horno con ensalada
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	Grilled chicken fillet & 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)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Salmón a la plancha con ensalada (4)
		Herby hake fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Grilled salmon with 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 (Halal) 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	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)	Judías verdes rehogadas	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 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 - SUSTAINABLE DAY	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 patatas al vapor	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 & potatoes	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 estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
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
		Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Fil. De pollo 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 fillet 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 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	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)	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 - SUSTAINABLE DAY	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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN 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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo 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
31	30	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin frutos secos ni frutas (piña, plátano, sandía, kiwi, mango) - 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).

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
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)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmón a la naranja con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Turkey ragout with potatoes	Salmon cooked in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17 GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Creamy of leeks soup	"Cocido" soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo 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



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
<u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo.</u>	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	<u>Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano</u>	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas con verdura y chorizo</u>)
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)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> 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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	<u>Salmón a la naranja con guarnición de cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas (4)</u>	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	<u>Sopa de cocido</u> (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)
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	Revuelto de huevo, jamón y queso con tomate asado (3,7)	<u>Ragout de ternera con zanahorias</u>	Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	<u>Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada</u>
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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada (4)</u>
		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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin gluten ni lactosa - 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
<u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo.</u>	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	<u>Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano</u>	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas con verdura y chorizo</u>)
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)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> 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)	<u>Tortilla francesa y tomate grillé</u> (asado con especias) (3)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	<u>Salmon a la naranja con guarnición de cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas</u> (4)	<u>Pollo al horno con toque de curry y tomate asado</u>
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	<u>Sopa de cocido</u> (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	<u>Revuelto de huevo y jamón con tomate asado</u> (3)	<u>Ragout de ternera con zanahorias</u>	Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	<u>Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada</u>
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
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca</u> (12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
Ragout de pavo con champiñones	<u>Revuelto de huevo y jamón con tomate asado</u> (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada</u> (4)
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham 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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
34	35	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú hipocalórico (sin hidratos de carbono, azúcares, precocinados...) - 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

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Judías verdes rehogadas	Rehogado de verduras tiernas	Guisantes salteados
Sauteed Green beans	Sautéed vegetables	Sautéed peas
Fil. De pollo asado con ensalada variada	Fil. merluza al horno con tomate aliñado (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate) (3)
Roasted chicken fillet & salad	Grilled hake fillet with tossed tomato	Plain omelette & salad (lettuce, fresh tomato)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Ensalada Mediterránea con huevo cocido (3)	Espinacas rehogadas
Creamy of fresh vegetables soup	Mediterranean salad (with hard boiled egg)	Sautéed spinach
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmón al horno con verduritas salteadas (4)	Fil. De pollo con toque de curry y tomate asado
Turkey ragout with potatoes	Grilled salmon in orange sauce with vegetables	Chicken fillet & curry with roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
15	16	17 GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	Repollo al pimentón (salteado)	Salteado de verduras de temporada
Creamy of leeks soup	Cabbage and paprika	Sautéed vegetables
Filete de pollo con salteado de zanahorias y calabaza	Ternera con patata y zanahoria	Filete de pollo al horno con ensalada
Chicken fillet and sautéed vegetables	Veal, potato and carrots	Grilled chicken fillet & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Salteado de verduras de temporada	Puré de verduras naturales (12)	Rodajas de berenjena asadas al tomillo
Sautéed vegetables	Creamy of vegetables soup	Grilled aubergines
Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Fil. De pollo en salsa casera con champiñones (12)	Salmón a la plancha con ensalada (4)
Herby hake fillet with vegetables	Chicken fillet in sauce with mushrooms	Grilled salmon with 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

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY
6	7
Jardinera de verduras rehogadas	Judías verdes al vapor
Sautéed vegetablese	Boiled green beans
Fil. de merluza al horno con ensalada (4)	Tortilla francesa y con ensalada de tomate aliñado con AOVE y orégano (3)
Grilled hake fillet with salad	PLAIN omelette & roast tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
13	14 - SUSTAINABLE DAY
Brócoli rehogado con ajitos	Guisantes salteados
Sautéed broccoli	Sautéed peas
Fil. merluza al ajillo (a la plancha con ajo y perejil) y ensalada (2,4,14)	Tortilla francesa con tomate grillé (asado con especias) (3)
Grilled hake & garlic with salad	Plain omelette and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
20	21
Champiñones rehogados	Rollitos de espárragos con york (6)
Sautéed mushrooms	Asparagus rolls & ham
Ragout de pavo con zanahorias	Revuelto de huevo con tomate asado (3)
Turkey ragout with carrots	Plain omelette & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
27	28
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin huevo - 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
<u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo.</u>	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	<u>Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano</u>	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas con verdura y chorizo</u>)
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 fillet with vegetables	Potato omelette (with chickpeas flour) & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet 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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Fideuá vegetal</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Kedgerree 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	Kedgerree (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	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	<u>Salmón a la naranja con guarnición de cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas (4)</u>	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette (with chickpeas flour) and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	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	<u>Judías blancas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	<u>Sopa de cocido</u> (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)
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	<u>Revuelto</u> (elaborado con harina de garbanzos) <u>jamón con tomate asado.</u>	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	<u>Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada.</u>
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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro (sin bechamel) y tomate con ensalada (4)</u>
		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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
		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	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 salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
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 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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà 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 y tomate grillé (asado con especias) (3)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN 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
Paella vegetal	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)
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 y jamón con tomate asado (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro (NO BECHAMEL) y tomate con ensalada (1,3,4,6,10)
Turkey ragout and mushrooms	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
34	35	29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin pescado - 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 con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	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)
Magro de cerdo con jardinera de verduras	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	Lomo al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (12)	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Diced pork with vegetables	Potato omelette & roast tomato	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled pork loin 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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà 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)	Kedgerée Indio (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerée (3,4) (Rice seasoned and egg)
Lomo de cerdo en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral	Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Fil ruso casero (carne picada) con guarnición de cous. cous con verduritas salteadas (1,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Pork loin with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN 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, 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)
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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. De pollo a las finas hierbas con jardinera	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de boloñesa vegetal y tomate con ensalada (1,3,6,7,10)
		Herby chicken fillet with vegetables	Chicken in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian 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 pesquetariano - 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).

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
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)
Vegetarian strips & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Spinach "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio vegetariano (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3) (Rice seasoned and egg)
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17
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)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
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 hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Seitan Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24
Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
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)
Herby hake fillet with vegetables	Mediterranean strips 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



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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuà 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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	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	Turkey ragout with potatoes	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	17 GERMAN 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 y jamón con tomate asado (3)	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 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)	Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca (12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo 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 ovolacteo 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	Altramuzes	Moluscos

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

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
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 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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
8	9	10
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Kedgeriee Indio vegetariano (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3) (Rice seasoned and egg)
Salchichas veganas encebolladas c/ensalada (lechuga, tomate, pepino, cebolla)	Tomates rellenos de arroz, seitán y tricolor de vegetales (1,6)	Curry suave de tofu con tomate asado (1,6,7)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17
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)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
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 hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Seitan Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
22	23	24
Patatas en salsa verde (guisantes, espinacas)	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
Potato in sauce (peas, spinach)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
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)
Vegetarian hamburger and vegetables	Mediterranean strips with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian 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

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.

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Puré de judías verdes	Fussilli salteados con aceite de oliva y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Sauteed Green beans	Sautéed pasta	Cassoulet (organic beans soup)
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)
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	Yogur sin azúcar
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
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)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmon al horno con guarnición de cous cous con verduritas salteadas (4)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Turkey ragout with potatoes	Grilled salmon in orange sauce with cous cous and vegetables	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur sin azúcar
15	16	17 GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Ragout de ternera con zanahorias	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) sin chorizo ni partes grasas	Filete de pollo al horno con ensalada
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	Yogur sin azúcar
22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales (12)	Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca (12)
Potato and vegetables casserole (no chorizo)	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin zanahorias - 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 NO ZANAHORIAS)	Judías verdes rehogadas	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas con verdura y chorizo</u>). Sin zanahorias.
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (NO ZANAHORIAS) (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 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas (NO ZANAHORIAS) (12)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras, SIN ZANAHORIAS)	Kedgerée Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerée (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)	Ragout de pavo con patatas al vapor (pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, ajo)	Salmón a la naranja con cous cous con verduritas salteadas (NO ZANAHORIAS) (1,4,6,10)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	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 (no zanahorias)	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras). NO ZANAHORIAS	Crema de puerros (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10). No zanahorias.	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 (<u>garbanzos ecológicos</u>). No zanahorias.	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	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
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Patatas riojanas (NO ZANAHORIAS)	Puré de verduras naturales (NO ZANAHORIAS) (12)	Mini pizzas de berenjenas con queso rallado y toque de albahaca (7,12)
		Riojan potato & chorizo casserole	Creamy of vegetables soup	Aubergine mini pizzas
		Fil. de merluza a las finas hierbas con jardinera (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera (no zanahorias) 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