

Menú Primaria/ Early Years C/Ronda de Sobradriel - OCTOBER 2025



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

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

LUNES / MONDAY										MARTES / TUESDAY										MIÉRCOLES / WEDNESDAY										JUEVES / THURSDAY										VIERNES / FRIDAY									
6										7										8										9										10 - MEXICAN FRIDAY									
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)										Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)										Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)										Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)										Kedgerree 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										Kedgerree (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 filee 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										Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)										Crema de puerros (12)										Sopa de cocido (1,3,6,10)										Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)									
Sautéed broccoli										Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)										Creamy of leeks soup										"Cocido" soup										Kartoffelsuppe (Potato soup)									
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)										Tortilla francesa de queso y tomate grillé (asado con especias) (3)										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)										Puré de berenjenas con queso y toque de albahaca (7,12) Mini pizzas de berenjena con tomate, queso y orégano (3,7) / Homemade aubergine minipizzas (with tomato sauce, cheese, oregano)									
Vegetarian "paella"										Organic beans soup & vegetables										Riojan potato & chorizo casserole										Creamy of vegetables soup										Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)									
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										Diced pork 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 sin cerdo, marisco, 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).

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
<u>Caracolas alla Norma (con salsa de tomate casera y berenjena) (1,3,6,10)</u>	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
Pasta alla Norma (tomato sauce and aubergine)	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
<u>Nuggets vegetales con salteado de verduras (elaboradas con harina de garbanzos) (1,6,10)</u>	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. Ruso" casero vegetariano (prot. Soja/guisante) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12)	Quiché casero de espinacas y queso con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Vegetarian nuggets and sautéed vegetables	Potato omelette & roast tomato	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	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Kedgerree Indio vegetariano (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	Kedgerree (3) (Rice seasoned and egg)
<u>Daditos de tofu al pimentón con guarnición de arroz integral (1,6)</u>	Tortilla francesa de calabacín y tomate grillé (asado con especias) (3)	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)
Diced tofu and paprika with brown rice	Zucchini omelette and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	Stuffed tomato (rice 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
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Gratinado de patata y coliflor con bechamel (1,6,7,10)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Potato & cauliflower au gratin
<u>Pakorras vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (con harina de garbanzos)</u>	Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian n"pakoras" & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chicken-peas, carrot, potato, cabbage	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
		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
		<u>Hamburguesa vegetal a las finas hierbas con jardinera (1,6,10)</u>	Filete de pollo asado 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 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 champiñones - 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 (sin champiñones) (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)		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 (no champiñones) (4,12)	Magro de cerdo en salsa casera con patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
		Herby hake fillet with vegetables	Diced pork 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 adaptado fructosemia (SOBRADIEL) - OCTOBER 2025

(*) OBSERVACIONES:

- SIN MANZANA, PERA, MELOCOTÓN, CIRUELA, PARAGUAYAS, ALBARICOQUES, NECTARINAS, SIN ZUMOS DE FRUTAS
- SIN TOMATE FRESCO, SALSA DE TOMATE NI TOMATE FRITO. NO PIMIENTOS, NO PIMENTÓN.
- SIN GUISANTES, MAÍZ, ALIMENTOS ENLATADOS
- NO YOGURES AZUCARADOS NI HELADOS.
- NO ALIMENTOS INTEGRALES.
- VERDURAS PERMITIDAS: ACELGA, BRÓCOLI, ESPINACAS, APIO, ALCACHOFAS, CHAMPIÑONES, LECHUGA, CALABACÍN, CALABAZA, COLIFLOR, PUERRO, PEPINO, NABO

Ante la duda llamar al departamento de nutrición.



MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY
1		2		3 - FRANCE FRIDAY
Puré de judías verdes		Pasta salteada con AOVE y albahaca (no cebolla, no ajo) (1,3,6,10)		Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con puerro, patata, zanahoria)
Sautéed Green beans		Sautéed pasta (no garlic, no onion)		Cassoulet (organic beans soup)
Pollo asado (no manzana) con guarnición de arroz blanco		Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)		Tortilla francesa con ensalada de lechuga aliñada con AOVE (3)
Roasted chicken & plain rice		Grilled hake fillet with herby potatoes		Plain omelette & raw tomato
Fruta		Fruta		Yogur natural sin azúcar (7)
6		8		10 - MEXICAN FRIDAY
Caracolas salteadas con AOVE y orégano (no cebolla, no ajo) (1,3,6,10)		Puré de verduras (calabacín, patata, puerro) (12)		Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Sautéed pasta, olive oil extra and oregano		Creamy of fresh vegetables soup		Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Fil. de merluza al horno (4)		Ragout de pavo con patatas al vapor (sin verduras)		Filete de pollo a la plancha con toque de curry
Grilled hake fillet and steamed rice		Turkey ragout with potatoes		Grilled chicken fillet and a fine touch of curry
Fruta		Fruta		Yogur natural sin azúcar (7)
13		15		17GERMAN FRIDAY
Brócoli rehogado con aceite de oliva (no ajo, no cebolla, no pimentón)		Crema de puerros (12)		Espinacas salteadas con AOVE (no cebolla, no ajo, no pimentón)
Sautéed broccoli		Creamy of leeks soup		Sautéed spinach
Fil. merluza a la plancha y guarnición de arroz blanco (4)		Filete de pollo con zanahorias y patatitas dado		Filete de pollo a la plancha con ensalada (No tomate)
Grilled hake fillet and steamed rice		Chicken fillet with carrots and diced potatoes		Grilled chicken fillet and salad (no raw tomato)
Fruta		Fruta		Yogur natural sin azúcar (7)
20		22		24 - ITALIAN FRIDAY
Paella vegetal		Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, espinacas) (12)		Pasta salteada con AOVE y albahaca (no cebolla, no ajo) (1,3,6,10)
Vegetarian "paella"		Potato casserole		Sautéed pasta (no garlic, no onion)
Ragout de pavo con zanahorias (no cebolla, no ajo)		Fil. de merluza a las finas hierbas (horno) (4)		Huevo a la plancha con patatas fritas (3)
Turkey ragout and carrots		Herby hake fillet with vegetables		Fried egg and fries
Fruta		Fruta		Yogur natural sin azúcar (7)
27		29		31
SCHOOL HOLIDAYS		SCHOOL HOLIDAYS		SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin frutos secos - OCTOBER 2025



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

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

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)		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	Diced pork 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

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



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

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
6	7	1	2	3 - FRANCE FRIDAY
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de judías verdes	Fussilli carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas con verdura y chorizo)
Pasta & "chorizo"	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)	"Tortilla" española de patata (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, 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, 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 (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo, champiñones) (pasta sin alérgenos)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Kedgeree Indio (arroz condimentado con especias).
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Rice seasoned
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)	Tortilla francesa con cous cous sin alérgenos con verduritas salteadas (3)	Curry suave de pollo (7)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Cheese omelette (with chickpeas flour) and roasted tomato	Turkey ragout with potatoes	Plain omelette 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 (elaborado con harina de garbanzos) jamón con tomate asado	Albóndigas de ternera con zanahorias y patatitas dado (10,11,12)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada
Turkey ragout and mushrooms	"Omelette" (with chickpeas flour) & roasted tomato	Veal hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade chicken scallop (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
27	28	22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
		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	Diced pork 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



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 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>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)
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	Diced pork 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	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>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	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)		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>Salmón 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	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)
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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca</u> (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</u> (4)
		Herby hake fillet with vegetables	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin gluten ni proteína de la vaca - 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 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)		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>Salmón 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	17GERMAN FRIDAY
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas campesinas</u> (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	<u>Sopa casera de verduras y fideos</u> (fideos sin alérgenos)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>Ragout de pavo con champiñones</u>	<u>Revuelto de huevo y jamón con tomate asado</u> (3)	<u>Filete de pollo con verduritas</u>	<u>Garbanzos ecológicos con verduras</u> (patata, zanahoria, repollo)	<u>Escalope de pollo casero</u> (harina de maíz, no huevo) <u>con ensalada</u>
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham cheese & roasted tomato	Chicken fillet and vegetables	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	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
		Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca</u> (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</u> (placas sin alérgenos) <u>de atún claro</u> (sin bechamel) <u>y tomate con ensalada</u> (4)
		Herby hake fillet with vegetables	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin carne de cerdo (Halal) - OCTOBER 2025



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

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

(*) Carne con certificado Halal.

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 <u>judías blancas ecológicas CON VERDURAS</u>)
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)		Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
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)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
15	16	17 GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata sin carne) (6,9,12)
Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Kartoffelsuppe (Potato soup). NO meat.
Albóndigas vegetarianas con zanahorias y patatitas dadas (1,6)	Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>) sin chorizo ni partes grasas	Schnitzel de Pollo (*) al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
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	Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts
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)	Filete de pollo (*) asado en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
Herby hake fillet with vegetables	Chicken 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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY
6	7
Caracolas con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)
Pasta & homemade tomato sauce	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 queso y tomate grillé (asado con especias) (3,7)
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	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	Revuelto de huevo y queso con tomate asado (3,7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Scrambled eggs with heese & 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)		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 campesinas</u> (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	Diced pork 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 huevo ni proteína de la leche de vaca - 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	<u>Pasta sin alérgenos salteados con aceite de oliva y orégano</u>	Cassoulet (guiso de <u>judías blancas ecológicas con verdura y chorizo</u>)
Sauteed Green beans	Sautéed pasta (allergen free)	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" con harina de garbanzos con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz)
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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Kedgerree Indio (4) (arroz con pescado condimentado con especias). NO HUEVO.
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerree (4) (Rice seasoned, fish)
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 (4)</u>	<u>Pollo al horno con toque de curry y tomate asado</u>
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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
15	16	17 GERMAN FRIDAY
Crema de puerros (12)	<u>Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)</u>	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 (<u>garbanzos ecológicos</u>)	<u>Escalope de pollo casero (harina de maíz, no huevo) con ensalada</u>
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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
22	23	24 - ITALIAN FRIDAY
Patatas riojanas	Puré de verduras naturales (12)	<u>Mini pizzas de berenjenas con tomate y toque de albahaca (12)</u>
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	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna (no bechamel) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú sin proteína de la vaca (sin leche 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).

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 <u>judías blancas ecológicas</u>)
Sauteed Green beans	Sautéed pasta	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)	<u>Tortilla francesa con ens. Mixta</u> (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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
8	9	10 - MEXICAN FRIDAY
Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of fresh vegetables soup	Organic Lentils soup & vegetables	Kedgerree (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)	<u>Pollo al horno con toque de curry y tomate asado</u>
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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
13	14 - SUSTAINABLE DAY	15
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Sopa de cocido (1,3,6,10)
Sautéed broccoli	Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	"Cocido" soup
Fil. merluza en salsa casera de tomate y guarnición de arroz integral (4)	<u>Tortilla francesa y tomate grillé</u> (asado con especias) (3)	Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)
Hake with tomato sauce & whole grain rice	Plain omelette and roasted tomato	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
20	21	22
Paella vegetal	<u>Judías blancas ecológicas campesinas</u> (estofadas con verduras)	Patatas riojanas
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Riojan potato & chorizo casserole
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)
Turkey ragout and mushrooms	Scrambled eggs with ham cheese & roasted tomato	Herby hake fillet with vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
27	28	29
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS
30	31	
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú vegano - 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 alla Norma (con salsa de tomate casera y berenjena) (1,3,6,10)	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Judías verdes rehogadas	Fussilli con champiñones (cebolla, ajo, AOVE, pimienta) (1,3,6,10)	Cassoulet (guiso de judías blancas ecológicas CON VERDURAS)
Pasta alla Norma (tomato sauce and aubergine)	Beans soup & vegetables	Sauteed Green beans	Pasta & mushrooms	Cassoulet (organic beans soup Ç& vegetables)
Nuggets vegetales con salteado de verduras (elaboradas con harina de garbanzos) (1,6,10)	Tortilla de patata (elaborado con harina de garbanzos) y con ensalada de tomate aliñado (12)	Tiras de "pollo" vegano (seitán Heura) a la manzana con guarnición de arroz blanco (1,6)	"Fil. Ruso" casero vegetariano (prot. Soja/guisante) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12)	Tortilla de espinacas (elaborada con harina de garbanzos) con ensalada
Vegetarian nuggets and sautéed vegetables	Potato "omelette" (with chick-peas flour) & roast tomato	Vegetarian strips & apple with plain rice	Homemade vegetarian hamburger with herby potatoes	Spinach "omelette" (with chick-peas flour) and 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
13	14 - SUSTAINABLE DAY	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Fideuá vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones) (1,3,6,10)	Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Kedgerree Indio vegetariano (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	Kedgerree (3) (Rice seasoned and egg)
Daditos de tofu al pimentón con guarnición de arroz integral (1,6)	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos) de calabacín y tomate grillé (asado con especias)	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)
Diced tofu and paprika with brown rice	Zucchini "omelette" (with chick-peas flour) and roasted tomato	Vegetarian sausage & onion with mixed salad	Stuffed tomato (rice and vegetables)	Curry tofu & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
20	21	15	16	17
Paella vegetal	Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Crema de puerros (12)	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10)	Coliflor con cachelos (patata vapor)
Vegetarian "paella"	Organic beans soup & vegetables	Creamy of leeks soup	Homemade vegetables soup	Cauliflower and boiled potato
Pakorras vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (con harina de garbanzos)	Revuelto de con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada (3,7)	Albóndigas vegetarianas (prot. Soja texturizada) c/zanahorias y patatitas (1,6,10)	Garbanzos ecológicos con verduras (patata, zanahoria, repollo)	Schnitzel de seitán (Heura Tiras) al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Vegetarian n"pakoras" & salad (lettuce, maize, carrot)	Vegan chickpea scrambled and salad	Vegetarian hamburger with carrots & diced potatoes	Chick-peas, carrot, potato, cabbage	Seitan Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
27	28	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	Postre de soja (vainilla)(6) / Soya dessert
		29	30	31
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS

Menú ovo-lacto 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).

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