

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14  
 Gluten Cereales Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutas cítricas Apio Mostaza Sésamo Sulfuros Altramuces Moluscos



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES																			
5					6					7					1 - DÍA DEL TRABAJADOR					2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID																			
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito					Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10)					Panaché de verduras rehogadas																													
Jamón York Villarroy con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14)					Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4)					Ragout de pollo en salsa con patatas (12)																													
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>																			
kcal	684	Líp	30,1	Prot	33,7	HdC	69	kcal	772	Líp	27,0	Prot	34,3	HdC	98	kcal	647	Líp	24,9	Prot	34,1	HdC	72	kcal	679	Líp	21,7	Prot	22,0	HdC	99	kcal	729	Líp	20,1	Prot	48,0	HdC	89
12					13 - Día Internacional del Hummus					14					15 - SAN ISIDRO					16 - Día Internacional sin Gluten																			
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)					Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)					Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10)																													
Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6)					Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14)					Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)																													
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)																													
kcal	684	Líp	18,9	Prot	28,3	HdC	100	kcal	643	Líp	29,1	Prot	23,2	HdC	72	kcal	644	Líp	23,6	Prot	33,3	HdC	75																
19					20 - Día Mundial de las abejas y las fresas					21					22					23 - Día de la tortuga																			
Guisantes rehogados con cebolla y ajito					Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)					Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12)					Coditos con queso (1,3,6,7,10)					Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12)																			
Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12)					Empanadillas caseras de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4,5,6,7,8,10,11)					Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras					Filete de salmón con pisto casero (4)					Huevos a la flamenca (con salsa de tomate y guisantes) (3)																			
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>																			
kcal	761	Líp	41,9	Prot	29,1	HdC	67	kcal	680	Líp	27,6	Prot	20,5	HdC	87	kcal	748	Líp	31,7	Prot	50,1	HdC	66	kcal	726	Líp	24,4	Prot	31,4	HdC	95	kcal	752	Líp	28,2	Prot	48,3	HdC	76
26					27					28 - Día Mundial de la salud digestiva					29					30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH																			
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6)					Brócoli rehogado ajito y cebolla					Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)					Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca)(1,3,6,7,10)					Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12)																			
Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4)					Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12)					Tortilla francesa con queso con ensalada mixta (3,7)					Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz					Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12)																			
Fruta y <b>leche (7)</b>					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>																			
kcal	750	Líp	21,2	Prot	32,9	HdC	107	kcal	652	Líp	30,2	Prot	31,5	HdC	64	kcal	714	Líp	22,3	Prot	26,9	HdC	102	kcal	699	Líp	33,0	Prot	38,2	HdC	62	kcal	718	Líp	22,0	Prot	56,0	HdC	74

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pecados tolerables

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>8</b>	<b>9 - Día de Europa</b>
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Pasta esp. Sin alergenos alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (6) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera <u>Filete de limanda a la andaluza con ensalada de la huerta (harina de maíz, 4)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
<b>12</b>	<b>13 - Día Internacional del Hummus</b>	<b>14</b>	<b>15 - SAN ISIDRO</b>	<b>16 - Día Internacional sin Gluten</b>
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada		
<b>19</b>	<b>20 - Día Mundial de las abejas y las fresas</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23 - Día de la tortuga</b>
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	<u>Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alergenos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (3)</u> <u>Filete de pescado azul al horno con ensalada de lechuga y tomate (2,4,14)</u> Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada	<u>Pasta esp. Sin alergenos con queso (7)</u> Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28 - Día Mundial de la salud digestiva</b>	<b>29</b>	<b>30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH</b>
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada	<u>Ensalada de pasta esp. Sin alergenos (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (7)</u> Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin gluten ni huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pecados tolerables

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
			8	9 - Día de Europa
<b>LUNES</b> 5	<b>MARTES</b> 6	<b>MIÉRCOLES</b> 7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Pasta esp. Sin alergenitos alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (6) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) "Tortilla" de patata elaborada con harina de garbanzos c/ensalada de lechuga y zanahoria rallada (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera <u>Filete de limanda a la andaluza con ensalada de la huerta (harina de maíz, 4)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
<b>12</b>	<b>13 - Día Internacional del Hummus</b>	<b>14</b>	<b>15 - SAN ISIDRO</b>	<b>16 - Día Internacional sin Gluten</b>
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) <u>"Tortilla" elaborada con harina de garbanzos de pavo con ensalada de lechuga y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alergenitos) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada		
<b>19</b>	<b>20 - Día Mundial de las abejas y las fresas</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23 - Día de la tortuga</b>
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos esp. Sin alergenitos, zanahoria, puerro, pollo, caldo de pollo) sin huevo Filete de pescado azul al horno c/ensalada de lechuga y tomate (2,4,14) Fruta de temporada	<u>Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, atún) (4,12)</u> Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada	Pasta esp. Sin alergenitos con queso (7) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) <u>"Tortilla" elaborada con harina de garbanzos de calabacín</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28 - Día Mundial de la salud digestiva</b>	<b>29</b>	<b>30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH</b>
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) <u>"Tortilla" elaborada con harina de garbanzos con queso con ensalada mixta (7)</u> Fruta de temporada	<u>Ensalada de pasta esp. Sin alergenitos (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (7)</u> Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin judías (blancas, pintas ni verdes), zanahoria ni plátano

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, melón, sandía...

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES		VIERNES	
5			6			7			1 - DÍA DEL TRABAJADOR		2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID	
<p><u>Brócoli rehogado con cebolla y ajito</u></p> <p><u>Jamón York Villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14)</u></p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>			<p>Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>			<p><u>Panaché de verduras rehogadas</u></p> <p>Ragout de pollo en salsa con patatas (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>						
<p>12</p> <p><u>Lentejas ECO campesinas (pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12)</u></p> <p>Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>			<p>13 - Día Internacional del Hummus</p> <p><u>Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón)</u></p> <p>Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14)</p> <p>Fruta de temporada</p>			<p>14</p> <p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, fideos ECO) (1,3,6,10)</u></p> <p><u>Complemento del cocido: garbanzos ECO, ave, marcirillo, chorizo (12)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>			<p>8</p> <p><u>Crema de verduras sin legumbre (12)</u></p> <p><u>Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate (3,12)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>9 - Día de Europa</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b></p>	
<p>19</p> <p>Guisantes rehogados con cebolla y ajito</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>			<p>20 - Día Mundial de las abejas y las fresas</p> <p><u>Sopa de picadillo (fideos, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)</u></p> <p>Empanadillas caseras de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4,5,6,7,8,10,11)</p> <p>Fruta de temporada</p>			<p>21</p> <p>Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12)</p> <p><u>Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras (sin zanahoria)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>			<p>22</p> <p>Coditos con queso (1,3,6,7,10)</p> <p>Filete de salmón con pisto casero (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>16 - Día Internacional sin Gluten</p>	
<p>26</p> <p><u>Arroz 3 delicias (maíz y pavo) (6)</u></p> <p>Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>			<p>27</p> <p>Brócoli rehogado ajito y cebolla</p> <p><u>Cinta de lomo en salsa jardinera (sin zanahoria) con patatas (12)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>			<p>28 - Día Mundial de la salud digestiva</p> <p><u>Sopa casera de fideos esp. Sin alergenos con pollo</u></p> <p>Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral (1)</p>			<p>29</p> <p>Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10)</p> <p>Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH</p> <p><u>Puchero Canario (garbanzos estofados con caldo de pollo, calabaza, aceite, sal) (12)</u></p> <p>Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12)</p> <p>Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b></p>	

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin garbanzos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pecados tolerables

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito Jamón York Villarroay con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14) Fruta y <b>leche (7)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) <u>Complemento del cocido: zanahoria, ave, morcillo, chorizo, sin garbanzos (12)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)		
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Empanadillas caseras de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4,5,6,7,8,10,11) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Coditos con queso (1,3,6,7,10) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10) Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	<u>Crema de verduras sin legumbre (12)</u> Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)		
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera en salsa con patatitas (12)</u> Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Filete de pescado azul al horno con ensalada de lechuga y tomate (2,4,14) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Coditos con salsa de tomate (1,3,6,10)</u> Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>bebida de soja (6)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) <u>Huevos revueltos con pavo con ensalada mixta (3,6)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)	<u>Ensalada de pasta (tomate, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,10)</u> Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y postre <b>de soja (6,8)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin carne de cerdo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pecados solubles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>	Spaguettis con salsa de tomate (tomate, orégano, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) <u>Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b>, zanahoria, sin carne (12)</u> Fruta de temporada y pan integral (1)		
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Empanadillas caseras de atún claro y pisto c/ensalada de lechuga y tomate (1,3,4,5,6,7,8,10,11) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Coditos con queso (1,3,6,7,10) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla <u>Magro de pollo en salsa jardinera con patatas (12)</u> Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7)	Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10) Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú diabetes mellitus 5R

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Filete de pollo a la plancha con 60g de patatitas al vapor 2R</u> Fruta, leche (7) y 20g de pan (3rac total)	<u>135g de spaguettis 3R con salsa de tomate (tomate, orégano, cebolla, ajo) (1,3,6,10)</u> Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada y pan (2 rac total)	Panaché de verduras rehogadas <u>Ragout de pollo en salsa con 90g de patatas al vapor 3R (12)</u> Fruta de temporada y pan (2 rac total)	<u>153g de alubias blancas ECO 3R hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) sin patatas</u> <u>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3)</u> Fruta de temporada y pan (2 rac total)	124g de arroz 3R con salsa de tomate casera <u>Filete de limanda al horno con ensalada de la huerta (4)</u> 1 yogur desnatado y 20g de pan (2rac)
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
<u>102g de lentejas ECO 2R campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) sin patatas</u> <u>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz (3)</u> Fruta, leche (7) y 20g de pan (3rac total)	Guiso de 90g de patatas 3R con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada y pan (2 rac total)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, 45g de fideos 1R) (1,3,6,10) desgrasada Complemento del cocido: 110g de garbanzos ECO 2R, zanahoria, sin carne (12) Fruta de temporada y pan (2 rac total)		
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito <u>Albóndigas casera de ternera al horno con 60g de patatitas al vapor 2R (12)</u> Fruta, leche (7) y 20g de pan (3rac total)	Sopa de picadillo (45g de fideos 1R, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) <u>Filete de pescado azul al horno c/60g de patatitas al vapor 2R (2,4,14)</u> Fruta de temporada y pan (2 rac total)	Ensalada campera (90g de patata 3R, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al horno con verduras Fruta de temporada y pan (2 rac total)	<u>135g de coditos 3R al aggio e ollio (1,3,6,10)</u> Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada y pan (2 rac total)	153g de judías pintas 3R guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) 1 yogur desnatado y 20g de pan (2rac)
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
<u>83g de arroz 2R tres delicias (zanahoria, maíz)</u> Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta, leche (7) y 20g de pan (3rac total)	Brócoli rehogado ajito y cebolla <u>Cinta de lomo en salsa jardinera con 90g de patatas al vapor 3R (12)</u> Fruta de temporada y pan (2 rac total)	<u>153g de alubias blancas ECO 3R campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) sin patatas</u> Huevos revueltos y ensalada mixta (3) Fruta de temporada y pan (2 rac total)	<u>Ensalada de pasta (135g de pasta 3R, tomate, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,10)</u> Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (2 rac total)	<u>Puchero Canario (102g de garbanzos, 2R estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal)</u> <u>Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de 30g de patatas al vapor 1R) (4,12)</u> 1 yogur desnatado y 20g de pan (2rac)

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
5			6			7			1 - DÍA DEL TRABAJADOR			2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito <u>Salchichitas de pavo con ensalada de zanahoria y maíz (6)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>			Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) <u>Huevos revueltos con queso con ensalada de lechuga y cebolla (3,7)</u> Fruta de temporada			Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)								
12			13 - Día Internacional del Hummus			14			8			9 - Día de Europa		
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>leche (7)</b>			Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) <u>Salchichitas de pavo con ensalada de lechuga y cebolla (6)</u> Fruta de temporada			Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)			Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada			Arroz con salsa de tomate casera <u>Lagrimitas caseras de pollo con ensalada de la huerta</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>		
19			20 - Día Mundial de las abejas y las fresas			21			15 - SAN ISIDRO			16 - Día Internacional sin Gluten		
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>			Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) <u>Salchichitas de pavo c/ensalada de lechuga y tomate (6)</u> Fruta de temporada			<u>Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos) (3,12)</u> Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)								
26			27			28 - Día Mundial de la salud digestiva			22			23 - Día de la tortuga		
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) <u>Tortilla francesa de calabacín con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)</u> Fruta y <b>leche (7)</b>			Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada			Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)			Coditos con queso (1,3,6,7,10) <u>Cinta de lomo con pisto casero</u> Fruta de temporada			Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>		
30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH			30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH			30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH			29			30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH		
Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) <u>Salchichas de pavo con patatas (6,12)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>			Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10) Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada			Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) <u>Salchichas de pavo con patatas (6,12)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>			Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10) Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada			Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) <u>Salchichas de pavo con patatas (6,12)</u> Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>		

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	8	9 - Día de Europa
5	6	7		
Judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito Jamón York Villarroay con ensalada de zanahoria y maíz (1,2,3,4,6,7,10,14) Fruta y <b>leche (7)</b>	Spaguettis alla Matriciana (tomate, orégano, bacon, cebolla, ajo) (1,3,6,10) Filete de merluza a la bilbaína (con ajito y perejil) con ensalada de lechuga y cebolla (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras rehogadas Ragout de pollo en salsa con patatas (12) Fruta de temporada y pan integral (1)	Alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Filete de limanda a la romana casera con ensalada de la huerta (1,3,4,6,10) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
12	13 - Día Internacional del Hummus	14	15 - SAN ISIDRO	16 - Día Internacional sin Gluten
Lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta y <b>leche (7)</b>	Guiso de patatas con pavo (12) (ragout de pavo, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) Filete de bacalao al ajillo con ensalada de lechuga y cebolla (2,4,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral (1)		
19	20 - Día Mundial de las abejas y las fresas	21	22	23 - Día de la tortuga
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12) Fruta y <b>leche (7)</b>	Sopa de picadillo (fideos, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10) Filete de pescado azul al horno con ensalada de lechuga y tomate (2,4,14) Fruta de temporada	Ensalada campera (patata, pim, tomate, cebolla, huevos cocidos, atún) (3,4,12) Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con verduras Fruta de temporada y pan integral (1)	Coditos con queso (1,3,6,7,10) Filete de salmón con pisto casero (4) Fruta de temporada	Judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) (12) Huevos a la flamenca (con salsa de tomate con guisantes) (3) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>
26	27	28 - Día Mundial de la salud digestiva	29	30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH
Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) (6) Sardinillas con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta y <b>leche (7)</b>	Brócoli rehogado ajito y cebolla Cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12) Fruta de temporada	Alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (12) Huevos revueltos con queso con ensalada mixta (3,7) Fruta de temporada y pan integral (1)	Ensalada de pasta (tomate, queso, aceitunas sin hueso, espinaca) (1,3,6,7,10) Filete de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) (12) Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12) Fruta de temporada y <b>postre lácteo (7)</b>

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MAYO 2025

## Menú túrmix

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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



grupo\_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

			JUEVES	VIERNES
			1 - DÍA DEL TRABAJADOR	2 - DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>8</b>	<b>9 - Día de Europa</b>
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9 - Día de Europa</b>
Túrmix de judías verdes rehogadas con zanahoria, cebolla y ajito y salchichas de pavo (6,12)  Compota de frutas	Túrmix de Spaguettis al aggio e olio y merluza a la bilbaína (1,3,4,6,10)  Compota de frutas	Túrmix de panaché de verduras rehogadas y ragout de pollo en salsa con patatas (12)  Compota de frutas	Túrmix de alubias blancas <b>ECO</b> hortelanas (zanahoria, pimienta verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) y proteína de huevo (3,12)  Compota de frutas	Túrmix de arroz con salsa de tomate casera y filete de limanda al horno (4)  Compota de frutas
<b>12</b>	<b>13 - Día Internacional del Hummus</b>	<b>14</b>	<b>15 - SAN ISIDRO</b>	<b>16 - Día Internacional sin Gluten</b>
Túrmix de lentejas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y proteína de huevo (3,12)  Compota de frutas	Túrmix de guiso de patatas con verduras (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) y filete de bacalao al ajillo (2,4,12,14)  Compota de frutas	Túrmix de legumbres (garbanzos <b>ECO</b> ), zanahoria, puerro, patata, caldo de cocido y ragout de pollo (12)  Compota de frutas		
<b>19</b>	<b>20 - Día Mundial de las abejas y las fresas</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23 - Día de la tortuga</b>
Túrmix de guisantes rehogados con cebolla y ajito y Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (1,6,7,9,12)  Compota de frutas	Túrmix de sopa de fideos con verduras y filete de pescado azul al horno (1,3,4,6,10,12)  Compota de frutas	Túrmix de patatas cocidas con verduras y de pollo al chilindrón con verduras (12)  Compota de frutas	Túrmix de coditos y salmón con pisto (1,3,4,6,10)  Compota de frutas	Túrmix de judías pintas guisadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, ajo, aceite de oliva) y proteína de huevo (3,12)  Compota de frutas
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28 - Día Mundial de la salud digestiva</b>	<b>29</b>	<b>30 - DÍA DE CANARIAS - JORNADA GASTRONÓMICA WISH</b>
Túrmix de arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y pavo) y filete de pescado al horno (4,6)  Compota de frutas	Túrmix de brócoli rehogado ajito y cebolla y cinta de lomo en salsa jardinera con patatas (12)  Compota de frutas	Túrmix de alubias blancas <b>ECO</b> campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y proteína de huevo(12)  Compota de frutas	Túrmix de pasta con salsa de tomate y filete de pollo al horno (1,3,6,10)  Compota de frutas	Túrmix de Puchero Canario (garbanzos estofados con zanahoria, caldo de pollo, calabaza, judías verdes, aceite, sal) y Sancocho canario (merluza con refrito de ajo y guarnición de patatas) (4,12)  Compota de frutas