

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA
LOCAL

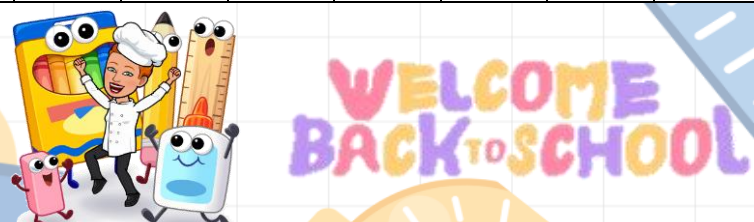


Productos con DOP



grupo_servicatering ayre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10) kcal 647 Líp 21,4 Prot 39,4 HdC 74	Crema de calabacín y puerros  Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*) kcal 655 Líp 20,2 Prot 28,7 HdC 90	Rollitos de primavera al horno (1)  Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 669 Líp 13,3 Prot 23,6 HdC 114	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*) kcal 620 Líp 40,4 Prot 30,2 HdC 34
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada kcal 615 Líp 18,2 Prot 44,9 HdC 68	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10) kcal 677 Líp 20,2 Prot 29,0 HdC 95	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*) kcal 664 Líp 20,3 Prot 17,1 HdC 103	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10) kcal 623 Líp 24,7 Prot 13,9 HdC 86	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria (1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*) kcal 692 Líp 22,0 Prot 58,2 HdC 66
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7) kcal 638 Líp 23,8 Prot 44,1 HdC 62	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10)  Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 681 Líp 35,0 Prot 25,8 HdC 66	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada kcal 626 Líp 18,8 Prot 25,8 HdC 88	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 672 Líp 26,5 Prot 24,3 HdC 84	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*) kcal 677 Líp 25,6 Prot 36,0 HdC 76
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada kcal 678 Líp 23,3 Prot 41,4 HdC 76	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)  Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10) kcal 698 Líp 26,1 Prot 24,7 HdC 91	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*) kcal 684 Líp 23,2 Prot 38,8 HdC 80		

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.

El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES – MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin frutas secas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros  Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Rollitos de primavera al horno (1)  Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10)  Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)  Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3)  Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin frutos secos ni fruta

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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 Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos
cáscara



grupo_servicatering alyre Central de CATERING

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Yogur natural sin azúcar (7)	Rollitos de primavera al horno (1) Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Yogur natural sin azúcar (7)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) <u>Ragout de pavo guisado en salsa (ajo, cebolla, puerro, tomate, pimienta negra) con ensalada</u> Yogur natural sin azúcar (7)	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar (7)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Yogur natural sin azúcar (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Yogur natural sin azúcar (7)	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Yogur natural sin azúcar (7)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Yogur natural sin azúcar (7)	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Yogur natural sin azúcar (7) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chiliandrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Yogur natural sin azúcar (7)		

El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

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



grupo_servicatering alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Pasta esp.sin alergenosen salsa de tomate y orégano Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenosen al aggio e olio Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pannini Margarita casero al horno (pan sin gluten, tomate, queso y orégano) (7) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenosen) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin gluten ni huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	<u>Pasta esp.sin alergenos con salsa de tomate y orégano</u> Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	<u>Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite)</u> Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	<u>Pasta esp.sin alergenos al aggio e olio</u> Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	<u>Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)</u> "Tortilla" francesa elaborada con harina de garbanzo con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano Fruta de temporada	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero con harina de maíz) con ensalada de maíz y zanahoria Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	<u>Pannini Margarita casero al horno (pan sin gluten, tomate, queso y orégano) (7)</u> Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	<u>Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde)</u> Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
<u>Arroz integral</u> con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) "Tortilla" de patata elaborada con <u>harina de garbanzo con pimientos verdes al horno</u> Fruta de temporada (*)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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 Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos
cáscara



grupo_servicatering alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros  Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Rollitos de primavera al horno (1)  Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas <u>guisadas con verduras</u> (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria (1,4,6,10) Postre de soja (6,8) (**) o Fruta de temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y bebida de soja (6)	 <u>Pannini casero al horno</u> (pan, tomate, fiambre de pavo y orégano).  Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	 Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	 Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)  Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin judías blancas ni pintas

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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 Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos
cáscara



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros  Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Rollitos de primavera al horno (1)  Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	<u>Salteado de verduras sin legumbre</u> (berenjena, calabacín, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10)  <u>Arroz con tomate y ensalada de maíz y zanahoria</u> Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)  Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3)  Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES – MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin judías blancas, judías pintas, judías verdes, zanahoria ni plátano

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  <u>Filetitos de caballa en aceite c/ensalada (no zanahoria) (4)</u> Fruta de temporada y <u>pan integral</u> (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros  Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite)  <u>Garbanzos ECO estofados con arroz integral</u> (pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (no zanahoria) Fruta de temporada (*) y <u>pan integral</u> (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
<u>Crema hortelana</u> (calabacín, puerro, patata, cebolla) (no zanahoria) <u>Ragout de pavo guisado en salsa</u> (ajo, cebolla, puerro, tomate, pimienta negra) con ensalada (no zanahoria) Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y <u>pan integral</u> (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  <u>Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral</u> (pim. verde y rojo, cebolla, puerro) (no zanahoria) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y <u>pan integral</u> (1,6,10)	<u>Salteado de verduras sin legumbre</u> (berenjena, calabacín, pimiento verde y rojo en tiras, cebolla) <u>Filete de merluza a la andaluza</u> (rebozado casero) con ensalada (no zanahoria) (1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) <u>Carcamusa toledana</u> (magro de cerdo guisado) (no zanahoria) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10)  <u>Arroz con tomate y ensalada</u> (no zanahoria) Fruta de temporada (*) y <u>pan integral</u> (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (no zanahoria) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Guisantes rehogados con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y <u>pan integral</u> (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, <u>fideos integrales</u>) (no zanahoria) (1,3,6,10)  <u>Complemento del cocido: garbanzos ECO, ave, ragout de ternera, chorizo, patata</u> (no zanahoria) Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	 WELCOME BACK TO SCHOOL	
<u>Arroz integral</u> con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) <u>Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta</u> (lechuga, tomate y maíz) (no zanahoria) (4) Fruta de temporada	<u>Lentejas ECO estofadas a la campesina</u> (pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (no zanahoria)  Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y <u>pan integral</u> (1,6,10) 	Coliflor rehogada al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada (no plátano) en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin garbanzos

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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 Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos
cáscara



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Rollitos de primavera al horno (1) <u>Arroz integral</u> con verduritas y ensalada de tomate Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con <u>arroz integral</u> (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con chorizo (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, <u>fideos integrales</u>) (1,3,6,10) <u>Complemento del cocido sin garbanzos:</u> zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
<u>Arroz integral</u> con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Sin carne de cerdo

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10) Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno Fruta de temporada (*)	Rollitos de primavera al horno (1) Garbanzos ECO estofados con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla <u>Filete de pollo a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor)</u> Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas gratinadas con bechamel (leche, harina y nuez moscada)(queso rallado) (1,6,7,10) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza a la andaluza (rebozado casero) con ensalada de maíz y zanahoria(1,4,6,10) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) <u>Filete de pollo al horno con patatitas dado al horno</u> Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno a la vizcaína con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo (3) Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate y ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) (1,3,6,10) <u>Complemento del cocido sin carne de cerdo: garbanzos ECO, zanahoria, ave, ragout de ternera, patata</u> Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	 WELCOME BACK TO SCHOOL	
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Túrmix

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering alyre



Central de CATERING

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Túrmix de macarrones ECO con salsa de tomate y orégano y filete de pescado al horno (1,3,4,6,10). Compota de fruta 	Túrmix de Crema de calabacín y puerros y Contramuslo de pollo al ajillo con patatas dado al horno  Compota de fruta	Túrmix de Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) y Cassola valenciana (arroz integral al horno con garbanzos, tomate, ajo, cebolla, caldo de verduras casero y patatas). Compota de fruta 	Túrmix de Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla y Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Compota de fruta
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Túrmix de Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) y Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) Compota de fruta	Macarrones ECO al aglio e olio y Ventresca de bacalao al horno con pisto (tomate, pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (1,2,3,4,6,10,14). Compota de fruta 	Túrmix de Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) y Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) 	Túrmix de Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) y Tortilla francesa (3). Compota de fruta	Túrmix de Judías pintas estofadas (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva) y Filete de merluza al horno (4). Yogur natural sin azúcar (7)
21	22 - ¡bienvenido otoño!	23	24	25
Túrmix de Crema de brócoli y Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con patatitas dado al horno Compota de fruta	Túrmix de verduras, hortalizas y Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac. oliva). Compota de fruta 	Túrmix de Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) y Filete de merluza al horno a la vizcaína (4). Compota de fruta	Túrmix de Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) con picadillo de huevo y Hamburguesa de ternera al horno con salsa de tomate (3,10,11,12). Compota de fruta	Túrmix de Sopa de cocido (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, fideos integrales) y Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, chorizo, patata (1,3,6,10). Compota de fruta 
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30		
Túrmix de Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) y filete de pescado al horno (4). Compota de fruta	Túrmix de Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) y Tortilla de patata con pimientos verdes al horno (3). Compota de fruta 	Túrmix de Judías verdes rehogadas al pimentón y Muslitos de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas al horno Compota de fruta		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES – MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Bajo en colesterol

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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	Frutas 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 alyre



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz y aceitunas sin hueso (4) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Crema de calabacín y puerros  <u>Contramuslo de pollo al horno sin piel con patatas dado al horno</u> Fruta de temporada (*)	<u>Brócoli rehogado</u> (cebolla, ajito y aceite)  Garbanzos ECO estofadas con arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas con ajito y cebolla Filete de pollo a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de patatitas al vapor) Fruta de temporada (*)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, patata, cebolla) Ragout de pavo guisado en salsa de manzana (ajo, cebolla, zanahoria, pimienta negra) con ensalada Fruta de temporada	Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10)  <u>Ventresca de bacalao al horno con verduras salteadas</u> (pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE)  Lentejas ECO estofadas a la campesina con arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga Fruta de temporada (*)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta de temporada y pan integral (1,6,10)	Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) Filete de merluza al horno con ensalada de maíz y zanahoria (4) Yogur natural sin azúcar (7) y Fruta temporada (*)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
Brócoli rehogado (cebolla, ajito y aceite) Filete de pollo al horno con patatitas dado al horno Fruta de temporada y leche (7)	Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10)  Alubias blancas ECO estofadas a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) y ensalada de maíz y zanahoria Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Filete de merluza al horno con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada (zanahoria, guisante, coliflor y judía verde) Hamburguesa de ternera al horno con ens. de lechuga y cebolla (10,11,12) Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Sopa de cocido desgrasada (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, ideos integrales) (1,3,6,10) Complemento del cocido desgrasado y sin chorizo: garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera, patata Fruta de temporada (*)
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	 WELCOME BACK TO SCHOOL	
Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajito) Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva)  <u>Tortilla francesa con pimientos verdes al horno</u> (3)  Fruta de temporada (*) y pan integral (1,6,10)	Judías verdes rehogadas al pimentón Muslitos de pollo al horno sin piel con patatas panaderas al horno Fruta de temporada (*)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Diabetes Mellitus (5 rac)

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



grupo_servicatering *dyne*



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	150g Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano 3R (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz (4) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	Crema de calabacín y puerros (SIN PATATA) Contramuslo de pollo al horno sin piel con 105g patatas dado al horno 3R  Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)	300g Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) 1R  75g Garbanzos ECO estofadas con 20g arroz integral (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat, Ajo, ac.oliva) 2R Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	250g Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla 1R Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de 70g patatitas al vapor 2R) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, cebolla) (SIN PATATA) Ragout de pavo guisado en salsa (ajo, cebolla, puerro, tomate, pimienta negra) con 105g patatas dado al horno 3R Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	150g Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) 3R  Ventresca de bacalao al horno con verduritas salteadas (pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	300g Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) 1R  75g Lentejas ECO estofadas a la campesina con 20g arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga 2R Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)	150g Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) 3R Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	150g Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (NO PATATA) 3R Filete de merluza al horno con ensalada de maíz y zanahoria (4) Yogurt natural sin azúcar (7) o Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
300g Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) 1R Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con 35g patatas dado al horno 1R Fruta de temporada, 1 vaso de leche y 20g pan (3rac total)	40g Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) 1R  100g Alubias blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (NO PATATA) y ens.maíz y zanahoria 2R Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	150g Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) 3R Filete de merluza al horno con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	100g Guisantes con picadillo de huevo (3) 1R Hamburguesa de ternera al horno con 70g patatas dado al horno 2R (10,11,12) Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	Sopa de cocido desgrasada (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, 45g fideos integrales 1R) (1,3,6,10) Complemento del cocido sin chorizo ni patata desgrasada: 100g garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera 2R Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total) 
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	 WELCOME BACK TO SCHOOL	
120g Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo) 3R Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	150g Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (NO PATATA) 3R  Tortilla francesa con pimientos verdes al horno (3) Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total) 	250g Judías verdes rehogadas al pimentón 1R Ragout de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con 60g patatas dado 2R Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES - MENÚ SEPTIEMBRE 2026

Diabetes Mellitus (5 rac) sin garbanzos

Todas las comidas se acompañarán de pan (1,6,10) 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



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering *dyne*



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9 - Día mundial de la agricultura	10	11
	150g Macarrones ECO con salsa de tomate y orégano 3R (1,3,6,10)  Filetitos de caballa en aceite c/ensalada de zanahoria, maíz (4) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	Crema de calabacín y puerros (SIN PATATA) Contramuslo de pollo al horno sin piel con 105g patatas dado al horno 3R  Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)	300g Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) 1R  80g Arroz integral con salsa de tomate 2R Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	250g Judías verdes rehogadas con ajo y cebolla 1R Lacón a la Gallega (al horno con pimentón y guarnición de 70g patatitas al vapor 2R) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)
14	15	16 - Día mundial del guacamole	17	18
Crema hortelana (calabacín, puerro, zanahoria, cebolla) (SIN PATATA) Ragout de pavo guisado en salsa (ajo, cebolla, puerro, tomate, pimienta negra) con 105g patatas dado al horno 3R Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	150g Macarrones ECO al aglio e olio (1,3,6,10) 3R  Ventresca de bacalao al horno con verduritas salteadas (pimiento verde, pimiento rojo, calabacín, berenjena) (2,4,14) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	300g Coliflor rehogada al ajoarriero (pimentón y AOVE) 1R  75g Lentejas ECO estofadas a la campesina con 20g arroz integral (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) y ensalada de lechuga 2R Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)	150g Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) 3R Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3) Fruta temporada y 23g pan integral (2rac total)	150g Judías pintas estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. ajo, ac. oliva) (NO PATATA) 3R Filete de merluza al horno con ensalada de maíz y zanahoria (4) Yogurt natural sin azúcar (7) o Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)
21	22 - ¡Bienvenido otoño!	23	24	25
300g Brócoli rehogado (cebolla, ajo y aceite) 1R Carcamusa toledana (magro de cerdo guisado) con 35g patatas dado al horno 1R Fruta de temporada, 1 vaso de leche y 20g pan (3rac total)	40g Pizza Margarita al horno (base de pizza precocida, tomate, queso y orégano) (1,6,7,10) 1R  100g Alubias blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. ajo, ac. oliva) (NO PATATA) y ens. maíz y zanahoria 2R Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	150g Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) 3R Filete de merluza al horno con ensalada de tomate (4) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	100g Guisantes con picadillo de huevo (3) 1R Hamburguesa de ternera al horno con 70g patatas dado al horno 2R (10,11,12) Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total)	Sopa de cocido desgrasada (caldo de ave casero, puerro, zanahoria, 45g fideos integrales 1R) (1,3,6,10) Complemento del cocido sin chorizo ni patata desgrasada: 100g garbanzos ECO , zanahoria, ave, ragout de ternera 2R Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total) 
28	29 - Día contra el desperdicio alimentario	30	 WELCOME BACK TO SCHOOL	
120g Arroz integral con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo) 3R Filetitos de sardinas en aceite con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, zanahoria y maíz) (4) Fruta de temporada y 20 gpan (2rac total)	150g Lentejas ECO estofadas a la campesina (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (NO PATATA) 3R  Tortilla francesa con pimientos verdes al horno (3) Fruta temporada (*) y 23g pan integral (2rac total) 	250g Judías verdes rehogadas al pimentón 1R Ragout de pollo guisados al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, pimienta negra, aceite) con 60g patatas dado 2R Fruta de temporada (*) y 20 gpan (2rac total)		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina... (*) Preferiblemente cítrico.
El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.