

Menú Sin HUEVO (incluye sin trazas)					octubre de 2026				
Los menús van acompañados de agua y, al menos, 2 veces a la semana el pan es integral. (Art. 9 RD 315/2025)									
La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar. La sal es yodada (Art. 4 RD 315/2025)									
El yogur es natural sin azúcar añadido (Art. 9 RD 315/2025) Si el centro declina la oferta del yogur sin azúcar, se ofrecerá fruta.									
Las frutas del mes son: manzana, mandarina, pera, plátano, naranja.									
				1		2			
				Sopa de Caldo de Ave c/ Pasta especial sin huevo		Potaje de Garbanzos con Verduras			
				Hamburguesa de Carne mixta al horno		Lomo a la plancha en su jugo			
				Ensalada Variada con Maíz		Patata asada			
				Fruta de Temporada		Yogur Natural (7)			
				Sugerencia de cena: Ensalada y merluza enharinada / Fruta		Sugerencia de cena: Hamburguesa completa / Fruta			
5	6	7	8	9					
Crema de Verduras de Temporada	Paella Mixta (2,4,14)	Potaje de Judías con Verduras	Crema de Calabaza con Crostones de Pan (1)	Ensalada Variada con Atún (4)					
Jamonicitos de Pollo asados	Hoki con enharinado casero sin huevo (1,4)	Salchichas de Cerdo al horno (7,12)	Pollo a la plancha en su jugo	Pasta especial sin huevo a la Boloñesa Vegetal (6)					
Patata a dados	Ensalada Variada con Queso sin huevo (7)	Ensalada Variada con Queso sin huevo (7)	Ensalada Variada con Aceitunas	(con soja texturizada)					
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada					
Sugerencia de cena: Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa y salmón con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Merluza con tomate y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Fajitas mexicanas de Pollo y Verduras / Fruta					
12	13	14	15	16					
Festivo	Ensalada Variada con Pollo enharinado sin huevo (1)	Sopa de Caldo de Ave c/ Pasta especial sin huevo	Crema de Puerros y Zanahoria	Arroz de Pescado (2,4,12,14)					
	Potaje de Garbanzos con Verduras y Pasta especial sin huevo	Abadejo a la Andaluza sin huevo (1,4)	Lomo al horno con Cebolla y Zanahoria	Pollo a la plancha en su jugo					
	Fruta de Temporada	Ensalada Variada con Maíz	Patata panadera	Ensalada Variada con Aceitunas					
	Sugerencia de cena: Salchichas con patatas y pimientos / Fruta	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)					
		Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras salteadas / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa y merluza empanada con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Quiche casero / Fruta					
19	20	21	22	23					
Pasta especial sin huevo a la Carbonara (6,7)	Crema de Calabaza y Espinacas	Arroz a la Milanesa (6,7,12)	Potaje de Judías con Verduras	Crema de Verduras de Temporada					
Merluza con empanado casero sin huevo (1,2,4,14)	Tacos de Pavo con Salsa a la Pimienta suave (7)	Lomo a la plancha en su jugo	Pechuga de Pollo a la plancha	Albóndigas de Soja texturizada (6)					
Ensalada Variada con Maíz	Patata a dados	Ensalada Variada con Aceitunas	Ensalada Variada con Queso sin huevo (7)	Verduras (ajo, cebolla, zanahoria, guisantes, tomate) y Patata					
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada					
Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y garbanzos / Fruta	Sugerencia de cena: Pastel de atún con Salsa / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con pisto / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa y tortilla con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Wraps variados / Fruta					
26	27	28	29	30					
Ensalada Variada con Pollo enharinado sin huevo (1)	Crema de Zanahoria y Coliflor	Arroz con Salsa de Tomate	Potaje de Garbanzos con Verduras	Sopa de Caldo de Ave c/ Pasta especial sin huevo					
Estofado de Lentejas con Verduras y Arroz	Frito de Magro	Hoki con enharinado casero sin huevo (1,4)	Pechuga de Pollo con Salsa Cazadora	Lomo a la plancha en su jugo					
Fruta de Temporada	Patata y Verduras (cebolla, pimiento rojo, guisantes)	Ensalada Variada con Maíz	Patata panadera	Ensalada Variada con Aceitunas					
Sugerencia de cena: Salmón a la plancha con patata y verduras / Fruta	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)					
	Sugerencia de cena: Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras salteadas / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y merluza con salsa y arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Pizza casera / Fruta					
1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos									
Quesos, Precocinados, Embutidos, Procesados de carne: Sin Huevo									

Menú Sense OU (inclou sense traçes)					octubre de 2026													
Els menús s'acompanyen d'aigua i, al menys, 2 vegades a la setmana de pa integral. (Art. 9 RD 315/2025)																		
La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verjo per trempar. La sal és iodada (Art. 4 RD 315/2025)																		
El iogurt natural ha de ser sense sucre afegit (Art. 9 RD 315/2025) Si el centre declina l'oferta del iogurt sense sucre, s'oferirà fruita.																		
Les fruites del mes són: poma, mandarina, pera, plàtan, taronja.																		
		1		2														
		Sopa de Brou d'Au a/ Pasta especial sense ou		Cuinat de Ciurons amb Verdures														
		Hamburguesa de Carn mixta al forn		Llom a la planxa amb el seu suc														
		Ensalada Variada amb Blat de les Índies		Patata rostida														
		Fruita de Temporada		Iogurt Natural (7)														
		Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç enfarinat / Fruita		Suggeriment de sopar: Hamburguesa completa / Fruita														
5	6	7	8	9														
Crema de Verdures de Temporada	Paella Mixta (2,4,14)	Cuinat de Mongetes amb Verdures	Crema de Carabassa amb Crostons de Pa (1)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)														
Cuixetes de Pollastre rostides	Hoki amb enfarinat casolà sense ou (1,4)	Salsitxes de Porc al forn (7,12)	Pollastre a la planxa an el seu suc	Pasta especial sense ou a la Bolonyesa Vegetal (6) (amb soja texturitzada)														
Patata a daus	Ensalada Variada amb Formatge sense ou (7)	Arròs saltat amb Pebres	Ensalada Variada amb Olives															
Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada														
Suggeriment de sopar: Llom amb cuscús. verdres / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdres / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa i salmó amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç amb tomàtiga i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Fajitas mexicanes de pollastre i verdres / Fruita														
12	13	14	15	16														
	Ensalada amb Pollastre enfarinat sense ou (1)	Sopa de Brou d'Au a/ Pasta especial sense ou	Crema de Porros i Pastanaga	Arròs de Peix (2,4,12,14)														
	Cuinat de Ciurons amb Verdures i Pasta especial sense ou	Abadejo a l'Andalusia sense ou (4)	Llom al forn amb Ceba i Pastanaga	Pollastre a la planxa en el seu suc														
Festiu	Ensalada Variada amb Blat de les Índies	Ensalada Variada amb Olives	Patata panadera	Ensalada Variada amb Olives														
	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)														
	Suggeriment de sopar: Salsitxes amb patates i pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdres saltades / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa i lluç panat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche casolà / Fruita														
19	20	21	22	23														
Pasta especial sense ou a la Carbonara (6,7)	Crema de Carabassa i Espinacs	Arròs a la Milanesa (6,7,12)	Cuinat de Mongetes amb Verdures	Crema de Verdures de Temporada														
Lluç amb panat casolà sense ou (1,2,4,14)	Daus d'Indiot amb Salsa al Pebre (7)	Llom a la planxa en el seu suc	Pitera de Pollastre a la planxa	Pilotes de Soja texturitzada (6)														
Ensalada Variada amb Blat de les Índies	Patata a daus	Ensalada Variada amb Olives	Ensalada Variada amb Formatge sense ou (7)	Verdures i Patata														
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada														
Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdres i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pastís de tonyina amb salsa / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pisto / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa i bacallà amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Wraps variats / Fruita														
26	27	28	29	30														
Ensalada Variada amb Pollastre enfarinat sense ou (1)	Crema de Pastanaga i Coliflor	Arròs amb Salsa de Tomàtiga	Cuinat de Ciurons amb Verdures	Sopa de Brou d'Au a/ Pasta especial sense ou														
Cuinat de Llentíes amb Verdres i Arròs (1)	Frit de Magre	Hoki amb enfarinat casolà sense ou (1,4)	Pitera de Pollastre amb Salsa Caçadora	Llom a la planxa amb el seu suc														
	Patata i Verdres (ceba, pebre vermell, pèsols)	Ensalada Variada amb Blat de les Índies	Patata panadera	Ensalada Variada amb Olives														
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)														
Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patata i verdres / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa i pollastre amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdres saltades / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb salsa i arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita														
1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soja 7: Llet 8: Fruta Seca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos																		
Formatges, Precuinats, Embotits, Processats de carn: Sense Ou.																		