

Menú Cocina Central Abril 2025

Sin Cerdo - - CEIP Inmaculada Concepcion (Albacete)

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Crema de Coliflor. **12**
Pollo en Pepitoria **12**
Patatas Dado **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Hamburguesa de Atún **4**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

3 Arroz con Tomate.
Abadejo al Horno a la Gallega **4**
Tomate Aliñado con AOVE **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

4 Garbanzos Estofados con Verduras. **12**
Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
Tomate Aliñado con AOVE **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

7 Fideuá de Verduras ECO. **1-3T-6T-10T**
Merluza Empanada **1-2T-3T-4-6T-7T-12T**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

8 **Cena: Pasta + Pescado + Lácteo**
Judías Verdes con Cebolla y Ajo
Ragout de Ternera Estofada **12**
Patatas Dado **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

9 **Cena: Arroz + Huevo + Fruta**
Garbanzos a la Catalana
Marmitako de Salmón. **4-12**

Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

10 **Cena: Verdura + Ave + Lácteo**
Macarrones con Tomate **1-3T-6T-10T**
Rotti de Pavo al Horno. **1T-6-7T-12-12T**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

11 **Cena: Arroz + Pescado + Fruta**
Arroz Campesina.
Tortilla Francesa. **3**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

14 **Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

15 **Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

16 **Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**

17 **Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

18 **Cena: Verdura + Ave + Fruta**

21 **22** Crema de Zanahoria ECO. **12**
Tortilla de Patata con Cebolla. **3**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

23 Codos con Tomate **1-3T-6T-10T**
Filete de Merluza Empanada **1-2T-3T-4-6T-7T-14T**
Ensalada de Lechuga y Maíz **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

24 Potaje de Garbanzos con Calabacín Eco **12**
Bacalao con Tomate. **2T-4-14T**

Pimientos Asados
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

25 Judías Blancas Estofadas con Verduras. **12**
Tortilla Francesa. **3**
Tomate Aliñado con AOVE **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada y Yogur **7**

28 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. **12**
Pollo Asado **12**
Arroz Pilaf
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

29 **Cena: Arroz + Pescado + Lácteo**
Brócoli Rehogado con Ajitos
Tallarines a la Boloñesa **1-3T-6T-10T**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

30 **Cena: Verdura + Huevo + Fruta**
Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. **3**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramucos
- 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

1 Crema de Coliflor. Coliflor, Puerro Rodaja, Patata Pelada, Cebolla Dado
Pollo en Pepitoria Pollo Ragut, Cebolla Dado, Harina Fina Maiz, Aceite Oliva
Patatas Dado Patata Dado, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja Mesa
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

7 Fideuá de Verduras (pasta S/Gluten S/Huevo) 6T
Merluza al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

21

28 Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. 12
Pollo Asado 12
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

8 Judías Verdes con Cebolla y Ajo
Ragout de Ternera Estofada 12
Patatas Dado 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15

22 Crema de Zanahoria ECO. Zanahoria Dado Eco, Patata Pelada, Cebolla Dado, Aceite Oliva
Lacón a la Gallega Lacon S/h Paleta, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada, Pimenton Dulce
Patatas Panadera. Patata Pelada, Cebolla Dado, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja Mesa
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

29 Brócoli Rehogado con Ajitos
Pasta Sin Gluten Boloñesa 6T
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Miércoles

2 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla Dado, Pimiento Verde Dado
Hamburguesa de Atún Hamburguesa Atun Granel, Aceite Girasol
Ensalada de Lechuga y Zanahoria Lechuga Romana, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja Mesa
Cena: Arroz + Huevo + Fruta

9 Garbanzos a la Catalana
Marmitako de Salmón. 4-12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

16

23 Pasta Sin Gluten con Tomate Macarrones S/gluten, Tomate Salsa Cat L, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Filete de Pollo al Horno Pollo Contra Filete, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Ensalada de Lechuga y Maíz Lechuga Romana, Maiz Dulce, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja Mesa
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

30 Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3 Arroz con Tomate. Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Lomo Asado Cerdo Cinta Lomo, Cebolla Dado, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Zanahoria Rehogada. Zanahoria Dado, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada

10 Pasta Sin Gluten con Tomate 6T
Pollo Asado 12
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

24 Patatas Guisadas con Chorizo Patata Pelada, Cebolla Dado, Chorizo Casero, Pimiento Rojo
Bacalao con Tomate. Fogonero Supremas, Tomate Frito, Cebolla Dado, Aceite Oliva
Pimientos Asados Pimiento Rojo Tiras, Aceite Oliva, Sal Fina Yodada
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada Pera Conferencia, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja Mesa
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Viernes

4 Garbanzos Estofados con Verduras. Garbanzo Lechoso, Patata Pelada, Cebolla Dado, Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla. Tortilla Patata/cebolla
Tomate Aliñado con AOVE Tomate Ensalada, Aceite Oliva, Vinagre

11 Arroz Campesina.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

25 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla Dado, Pimiento Verde Dado
Tortilla Francesa. Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE Tomate Ensalada, Aceite Oliva, Vinagre
Pan Sin Gluten y Agua Pan S/glu
Fruta de Temporada y Yogur Yogurt Natural X, Pera Conferencia, Naranja Mesa, Platano Banana
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramucos
14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Cocina Central Abril 2025

Sin Frutos Secos - - CEIP Inmaculada Concepcion (Albacete)

Lunes

1

Crema de Coliflor.
Pollo en Pepitoria
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

7

Fideuá de Verduras ECO.
Merluza Empanada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

14

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

21

28

Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. **12**
Pollo Asado **12**
Arroz Pilaf
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

8

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo
Judías Verdes con Cebolla y Ajo
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

15

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22

Crema de Zanahoria ECO.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

29

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo
Brócoli Rehogado con Ajitos
Tallarines a la Boloñesa **1-3T-6T-10T**
Ensalada de Lechuga y Tomate **12**
Pan y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

Miércoles

2

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Hamburguesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

9

Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Garbanzos a la Catalana
Marmitako de Salmón.

Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

16

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

23

Coditos con Tomate
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

30

Cena: Verdura + Huevo + Fruta
Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. **3**
Ensalada de Lechuga y Zanahoria **12**
Pan Integral y Agua **1**
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

Arroz con Tomate.
Lomo Asado
Zanahoria Rehogada.
Pan y Agua
Fruta de Temporada

10

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo
Macarrones con Tomate
Rotti de Pavo al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

17

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

24

Patatas Guisadas con Chorizo
Bacalao con Tomate.
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Viernes

4

Garbanzos Estofados con Verduras.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

11

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo
Arroz Campesina.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

18

Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

Judías Blancas Estofadas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramuces
- 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Cocina Central Abril 2025

Sin Legumbre, Pescado ni Marisco - - CEIP Inmaculada Concepcion

Lunes

1

Crema de Coliflor.
Pollo en Pepitoria
Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Lácteo

8

Crema de Zanahoria ECO.
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

15

Crema de Zanahoria ECO.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera.

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

29

Brócoli Rehogado con Ajitos
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

7

Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento,
Champiñón, Calabacín
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

21

28

Crema de Calabacín y Zanahoria ECO. 12
Pollo Asado 12
Arroz Pilaf

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Martes

Miércoles

2

Estofado de Patatas con Verduras.
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

9

Crema de Verduras ECO.
Tortilla Francesa.
Zanahoria Rehogada.

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

16

Arroz con Tomate.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

30

Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

3

Arroz con Tomate.
Lomo Asado
Zanahoria Rehogada.

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

10

Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata,
Cebolla, Puerro y Pimiento
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17

Estofado de Patatas con Verduras.
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Pimientos Asados

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Viernes

4

Crema de Verduras ECO.
Tortilla de Patata con Cebolla.
Tomate Aliñado con AOVE

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

11

Arroz Campesina Sin Guisantes
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

18

Sopa de Arroz
Tortilla Francesa.
Tomate Aliñado con AOVE

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

25

ALÉRGICOS

- 1-Gluten
- 2-Crustaceo
- 3-Huevo
- 4-Pescado
- 5-Cacahuete
- 6-Soja
- 7-Leche y Derivados
- 8-Frutos Secos
- 9-Apio
- 10-Mostaza
- 11-Sesamo
- 12-Sulfitos
- 13-Altramuces
- 14-Moluscos

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.