

Menú Cocina Central Marzo 2025

Sin Cerdo - - CEIP Inmaculada Concepcion (Albacete)

Lunes

3



FESTIVO

10 Espirales con Tomate. 1-3T-6T-10T
Hamburguesa de Atún 4

Pimientos Asados
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17 Macarrones con Tomate 1-3T-6T-10T
Salmón a la Naranja 2T-4-12-14T

Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

24 Códigos con Tomate 1-3T-6T-10T
Caballa en Aceite 4
Pimientos Asados
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

31 Macarrones con Tomate 1-3T-6T-10T
Marmitako de Salmón. 4-12
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

4



FESTIVO

11 Potaje de Lentejas con Calabaza 1T
Croquetas de Pollo 1-2T-3T-4T-6-7-10T-14T

Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO. 12
Albóndigas de Ternera en Salsa. 6-12
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25 Lentejas Estofadas con Verduras. 1T-12
Hamburguesa de Ternera al Horno. 1-6-12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Arroz con Tomate.
Merluza en Salsa Verde 4-12
Guisantes Rehogados.
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras.
Crujiente de Bacalao 1-2T-3T-4-6-7T-9T-10T-12-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

26 Arroz con Tomate.
Merluza al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana 12
Pollo Asado 12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.
Abadejo al Horno a las Finas Hierbas 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Bagre al Vapor en Salsa de Adobo 4-9T-12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO. 12
Pollo al Ajillo
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Viernes

7

Arroz con Verduras
Palometa con Tomate. 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

21 Lentejas Castellanas 1T-12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

28 Potaje de Garbanzos Estofados. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

ALÉRGICOS
1-Gluten
2-Crustáceo
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 Marzo 2025

Sin Frutos Secos - - CEIP Inmaculada Concepcion (Albacete)

Lunes

3



FESTIVO

- 10 Espirales con Tomate. 1-3T-6T-10T
Hamburguesa de Atún 4
Pimientos Asados
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 17 Macarrones con Tomate 1-3T-6T-10T
Salmón a la Naranja 2T-4-12-14T

Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 24 Coditos con Tomate 1-3T-6T-10T
Caballa en Aceite 4
Pimientos Asados
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 31 Macarrones con Tomate 1-3T-6T-10T
Marmitako de Salmón. 4-12
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

4



FESTIVO

- 11 Lentejas con Chorizo. 1T-6T-12T-12
Croquetas de Pollo 1-2T-3T-4T-6-7-10T-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 18 Crema de Calabacín ECO. 12
Albóndigas de Ternera en Salsa. 6-12
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- 25 Lentejas Estofadas con Verduras. 1T-12
Hamburguesa de Ternera al Horno. 1-6-12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

5

- Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

- 12 Arroz con Tomate.
Merluza en Salsa Verde 4-12
Guisantes Rehogados.
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19 Paella de Verduras.
Crujiente de Bacalao 1-2T-3T-4-6-7T-9T-10T-12-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 26 Arroz con Tomate.
Merluza al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Integral y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6

- Guisantes a la Sevillana 12
Pollo Asado 12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 13 Judías Verdes Rehogadas.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera. 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 20 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

- 27 Crema de Verduras ECO. 12
Pollo al Ajillo
Patatas Dado 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Viernes

7

- Arroz con Verduras
Palometa con Tomate. 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

- 21 Lentejas Castellanas 1T-12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 28 Potaje de Garbanzos Estofados. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustáceo
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.

Lunes

3



FESTIVO

10 Pasta Sin Gluten con Tomate 6T
Hamburguesa de Atún 4
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17 Pasta Sin Gluten con Tomate 6T
Salmón a la Naranja 2T-4-12-14T

Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

24 Pasta Sin Gluten con Tomate 6T
Caballa en Aceite 4
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

31 Pasta Sin Gluten con Tomate 6T
Marmitako de Salmón. 4-12
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

4



FESTIVO

11 Estofado de Patatas con Verduras. 12
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO. 12
Albóndigas de Ternera en Salsa. 6-12
Patatas Dado 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25 Crema de Zanahoria ECO. 12
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Arroz con Tomate.
Merluza en Salsa Verde 4-12
Guisantes Rehogados.
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras.
Merluza al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

26 Arroz con Tomate.
Merluza al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6

Guisantes a la Sevillana 12
Pollo Asado 12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

13 Judías Verdes Rehogadas.
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera. 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

20 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO. 12
Pollo al Ajillo
Patatas Dado 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Viernes

7

Arroz con Verduras
Palometa con Tomate. 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

21 Crema de Verduras ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

28 Potaje de Garbanzos Estofados. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Sin Gluten y Agua 6-10T-13T
Fruta de Temporada y Yogur 7

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 Marzo 2025

Sin Legumbre, Pescado ni Marisco - CEIP Inmaculada Concepcion

Lunes

3



FESTIVO

10 Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla Francesa. 3
Pimientos Asados
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

17 Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. 3
Zanahoria Rehogada.
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

24 Arroz Rehogado.
Filete de Pollo al Horno
Pimientos Asados
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

31 Arroz Pilaf
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Martes

4



FESTIVO

11 Estofado de Patatas con Verduras. 12
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18 Crema de Calabacín ECO. 12
Pollo Asado 12
Patatas Dado 12
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

25 Crema de Zanahoria ECO. 12
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Miércoles

5

Crema de Zanahoria ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

12 Arroz con Tomate.
Salchichas de Pavo al Horno
Calabacín Rehogado
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras.
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

26 Arroz con Tomate.
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6

Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento 12
Pollo Asado 12
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

13 Crema de Verduras ECO. 12
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera. 12
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

20 Estofado de Patatas con Verduras. 12
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate 12
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO. 12
Pollo al Ajillo
Patatas Dado 12
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Lácteo

Viernes

7

Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Arroz con Verduras: Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

21 Crema de Verduras ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

28 Estofado de Patatas con Verduras. 12
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Fruta de Temporada y Yogur 7

Cena: Arroz + Carne + 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-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.