

Menú Guadalajara Abril 2023

Sin Carne - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Arroz con Verduras

Merluza al Horno

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

11

Arroz con Verduras

Merluza al Horno

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

Miércoles

12

Crema de Zanahoria

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

Jueves

13

Coditos con Tomate

Croquetas de Bacalao

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Patata + Fruta

Viernes

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras

Jurel al Horno

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

17

Crema de Calabacín ECO

Espirales con Atún

Patatas Fritas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

18

Arroz con Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

19

Sopa de Fideos

Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20

Fideuá de Verduras ECO

Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

21

Lentejas Estofadas con Verduras

Sardinas con Tomate

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

24

Espirales con Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25

Crema de Verduras ECO

Delicias de Bacalao

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26

Paella de Verduras

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

27

Judías Pintas Estofadas

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28

Guisantes Rehogados

Salmón en Salsa de Eneldo

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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 Guadalajara Abril 2023

Sin Cordero - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Martes
11 Arroz con Verduras Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

12

Crema de Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta
--

Jueves

13

Coditos con Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
--

Viernes

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras Jurel al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
--

17 Crema de Calabacín ECO

Pollo en Pepitoria

Patatas Fritas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

18 Arroz con Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

19 Sopa de Fideos

Cocido sin Cerdo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Fideuá de Verduras ECO

Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras

Sardinas con Tomate

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

24 Espirales con Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Crema de Verduras ECO

Delicias de Bacalao

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26 Paella de Verduras

Filete de Pollo al Horno

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

27 Judías Pintas Estofadas

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28 Guisantes Rehogados

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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 Guadalajara Abril 2023

Sin Gluten - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Martes

11

Arroz Tres Delicias
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17

Crema de Calabacín ECO
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

18

Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

24

Pasta (sin gluten sin huevo) con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25

Crema de Verduras ECO
Delicias de Bacalao
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

Miércoles

12

Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

19

Sopa de Fideos (Pasta sin Gluten Sin Huevo)
Cocido Completo
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26

Paella de Verduras
Magro con Tomate
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

13

Pasta (sin gluten sin huevo) con Tomate
Delicias de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

20

Fideuá de Verduras (Pasta sin Gluten Sin Huevo)
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

27

Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Viernes

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Jurel al Horno
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

21

Estofado de Patatas con Verduras
Sardinas con Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28

Guisantes Rehogados
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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 Guadalajara Abril 2023

Sin Cacahuete - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Martes

11

Arroz Tres Delicias
Albóndigas de Ternera a la Jardinera
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

12

Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

13

Coditos con Tomate
Croquetas de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Viernes

14

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Jurel al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

Lunes

17

Crema de Calabacín ECO
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

18

Arroz con Tomate
Tortilla Francesa de York
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

19

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20

Fideuá de Verduras ECO
Gallo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

21

Lentejas Estofadas con Verduras
Sardinas con Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

24

Lasaña Boloñesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

25

Crema de Verduras
Delicias de Bacalao
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26

Paella de Verduras
Magro con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

27

Judías Pintas Estofadas
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28

Guisantes Rehogados
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

Menú Guadalajara Abril 2023

Sin Legumbres - - CEP San Roque

Lunes

10



FESTIVO

17 Crema de Calabacín ECO
Pollo en Pepitoria

Patatas Fritas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

24 Espirales con Tomate

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Martes

11

Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)
Filete de Pollo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

18 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa de York

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 Crema de Verduras

Delicias de Bacalao

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

Miércoles

12

Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

19

Sopa de Fideos
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26 Paella de Verduras

Magro con Tomate

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Jueves

13

Coditos con Tomate
Delicias de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

20

Fideuá de Verduras ECO
Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

27 Judías Verdes Rehogadas

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Viernes

14

Sopa de Arroz
Jurel al Horno
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

21

Estofado de Patatas con Verduras
Sardinas con Tomate

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28

Sopa de Arroz

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

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 Guadalajara Abril 2023

Sin Lactosa - - CEIP San Roque

Lunes

10



FESTIVO

Martes

11

- Arroz Tres Delicias
- Albóndigas de Ternera a la Jardinera
- Patatas Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

12

- Crema de Zanahoria
- Tortilla de Patata con Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

13

- Coditos con Tomate
- Delicias de Bacalao
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Viernes

14

- Judías Blancas Estofadas con Verduras
- Jurel al Horno
- Pimientos Asados
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

mediterránea

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 Guadalajara Abril 2023

Sin Lentejas - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Martes

11

- Arroz Tres Delicias
- Albóndigas de Ternera a la Jardinera
- Patatas Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

12

- Crema de Zanahoria
- Tortilla de Patata con Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Jueves

13

- Coditos con Tomate
- Croquetas de Bacalao
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

Viernes

14

- Judías Blancas Estofadas con Verduras
- Jurel al Horno
- Pimientos Asados
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Huevo + Fruta

17 Crema de Calabacín ECO

Pollo en Pepitoria

Patatas Fritas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

18 Arroz con Tomate

Tortilla Francesa de York

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

19 Sopa de Cocido

Cocido Completo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Fideuá de Verduras ECO

Gallo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

21 Estofado de Patatas con Verduras

Sardinas con Tomate

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

24 Lasaña Boloñesa

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

25 Crema de Verduras

Delicias de Bacalao

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26 Paella de Verduras

Magro con Tomate

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

27 Judías Pintas Estofadas

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

28 Guisantes Rehogados

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: 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 Guadalajara Abril 2023

Sin Lentejas, Leche ni Pescado - - CEIP San Roque

Lunes



10

FESTIVO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>11 Arroz Tres Delicias Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>12 Crema de Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>13 Coditos con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>14 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Huevo + Fruta</p>
17 Crema de Calabacín ECO Pollo en Pepitoria Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	<p>18 Arroz con Tomate Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>19 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>20 Fideuá de Verduras ECO Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta</p>	<p>21 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>
24 Espirales con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	<p>25 Crema de Verduras Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta</p>	<p>26 Paella de Verduras Magro con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>27 Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>28 Guisantes Rehogados Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Verdura + Fruta</p>

mediterránea

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.