

MES: Septiembre 2026

CEIP LA ESTRELLA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Todos los menús irán acompañados de agua. Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración	1 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	2 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	3 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	4 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	5 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	6 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta
7 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	8 INICIO CURSO ESCOLAR Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:2.549/610 GT:21 GS:2 HC:81 AZ:21 PROT:23 SAL:2	9 Sopa maravilla con verduras Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.529/605 GT:16 GS:4 HC:77 AZ:22 PROT:36 SAL:2	10 Lentejas a la campesina Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.514/602 GT:23 GS:4 HC:65 AZ:20 PROT:31 SAL:3	11 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Macarrones integrales (eco.) con salsa boloñesa vegana Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.547/609 GT:12 GS:3 HC:91 AZ:25 PROT:29 SAL:1	12 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos
14 Judías verdes con refrito Garbanzos estofados con arroz integral Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.446/585 GT:24 GS:3 HC:68 AZ:22 PROT:19 SAL:1	15 Crema de zanahoria (eco.) Magro guisado con verduras Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:2.539/607 GT:18 GS:1 HC:82 AZ:21 PROT:27 SAL:1	16 Espirales con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:2.539/607 GT:22 GS:5 HC:77 AZ:24 PROT:22 SAL:3	17 Alubias estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.478/593 GT:22 GS:2 HC:66 AZ:19 PROT:30 SAL:2	18 Arroz caldoso de verduras - Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.497/597 GT:22 GS:4 HC:79 AZ:19 PROT:19 SAL:2	19 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	20 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos
21 Lentejas con verduras de temporada Salmón al horno con salsa pomodoro con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos VE:2.508/600 GT:15 GS:2 HC:74 AZ:23 PROT:39 SAL:2	22 Menestra de verduras salteadas Macarrones integrales (eco.) con salsa boloñesa vegana Fruta y pan integral (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.526/604 GT:12 GS:3 HC:89 AZ:26 PROT:30 SAL:2	23 Crema fina de calabacín Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.514/602 GT:18 GS:4 HC:76 AZ:20 PROT:32 SAL:2	24 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.545/609 GT:26 GS:4 HC:68 AZ:19 PROT:22 SAL:1	25 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.523/604 GT:19 GS:2 HC:82 AZ:21 PROT:22 SAL:2	26 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	27 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos
28 Pastel de patata y verduras Alubias estofadas con verduras con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta VE:2.530/605 GT:20 GS:4 HC:81 AZ:20 PROT:19 SAL:2	29 Arroz caldoso de verduras Huevos revueltos con atún con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos VE:2.507/600 GT:22 GS:4 HC:77 AZ:18 PROT:21 SAL:1	30 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.445/585 GT:18 GS:3 HC:76 AZ:24 PROT:27 SAL:2				

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES