Sin frutos secos,huevo, tomate,pimiento y cerdo

Noviembre 2026

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 Festivo	**3** 533 Kcal 29 Gr 35 Prot 141 HC 0,8 AGS Verdura rehogada Pollo al horno con ensalada Fruta temporada Pan 1	**4** 650 Kcal 39 Gr 26 Prot 79 HC 1,1 AGS Arroz blanco salteado Filete de merluza al horno con lechuga 4-5T-6T Fruta temporada Pan Integral 1	**5** 591 Kcal 35 Gr 31 Prot 53 HC 5,4 AGS Judías verdes salteadas. T Hamburguesa de ternera y pollo c/patatas 1-8-13 Fruta temporada Pan 1	**6** 696 Kcal 31 Gr 23 Prot 97 HC 3,1 AGS Sopa de fideos sin gluten y carne Cocido de garbanzos, pollo y verdura Yogur 2 Pan 1
9 Festivo	**10** 68 Kcal 35 Gr 26 Prot 85 HC 1,0 AGS Pasta sin gluten salteada Merluza al horno c/lechuga y maiz 4-5T-6T Fruta temporada Pan 1	**11** 553 Kcal 33 Gr 35 Prot 137 HC 1,7 AGS Verdura rehogada Jamoncitos de pollo asados Fruta temporada Pan Integral 1	**12** 689 Kcal 29 Gr 26 Prot 80 HC 0,1 AGS Arroz blanco salteado Abadejo al horno con ensalada 4 Fruta temporada Pan 1	**13** 627 Kcal 35 Gr 23 Prot 70 HC 2,5 AGS Crema de zanahoria eco, patata y puerro 10T Albóndigas de soja c/jardinera 8 Yogur 2 Pan 1
16 648 Kcal 33 Gr 32 Prot 82 HC 1,0 AGS **Jornada Italiana** Arroz blanco salteado Merluza al pesto con lechuga y maíz 4-5T-6T new Fruta de temporada Pan Integral 1	**17** 688 Kcal 28 Gr 20 Prot 109 HC 0,7 AGS Sopa de fideos sin gluten y carne Cocido de garbanzos, pollo y verdura Fruta temporada Pan 1	**18** 604 Kcal 39 Gr 29 Prot 58 HC 1,2 AGS Guisantes salteados Merluza al horno 4-5T-6T Fruta temporada Pan Integral 1	**19** 601 Kcal 28 Gr 28 Prot 81 HC 0,0 AGS Pasta sin gluten salteada Salmón al horno c/ensalada 4 Fruta temporada Pan 1	**20** 550 Kcal 32 Gr 40 Prot 129 HC 3,2 AGS Verdura rehogada Pollo al horno Yogur 2 Pan 1
23 670 Kcal 39 Gr 26 Prot 82 HC 1,0 AGS Arroz salteado con verduritas Merluza al horno con ensalada 4-5T-6T Fruta de temporada Pan Integral 1	**24** 672 Kcal 40 Gr 34 Prot 148 HC 4,3 AGS Verdura rehogada Salchichas de pavo al horno con lechuga 8 Fruta temporada Pan 1	**25** 99 Kcal 35 Gr 45 Prot 74 HC 1,6 AGS Puré de hortalizas. T Filete de pollo en salsa de ajillo con cachelos Fruta temporada Pan Integral 1	**26** 704 Kcal 28 Gr 28 Prot 81 HC 0,0 AGS Pasta sin gluten salteada Abadejo en salsa de puerros con ensalada 4 Fruta temporada Pan 1	**27** 616 Kcal 36 Gr 34 Prot 138 HC 2,3 AGS Verdura rehogada Hamburguesa de soja c/patatas 8T Yogur 2 Pan 1
30 636 Kcal 40 Gr 31 Prot 94 HC 1,0 AGS Verdura rehogada Fil merluza con patatas encebolladas 4-5T-6T Fruta de temporada Pan Integral 1				

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad Integral Ecológico new Producto nuevo T Temporada

Menú valorado nutricionalmante, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAD00337. Departamento de Nutrición

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años