Noviembre 2026

Sin Gluten - . - CEIP LA GUINDALERA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Judías Verdes Salteadas con Patatas Merluza al Horno Fritada Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**3** Crema de Calabacín y Puerro Alubias Pintas Estofadas Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**4** Arroz Blanco con Tomate Filete de Cabezada de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**5** Guisantes a la Sevillana Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga Yogur Pan Sin Gluten	**6** Macarrones al Ajillo SIN GLUTEN/HUEVO Pollo Asado a las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Macedonia Casera Pan Sin Gluten
9 Patatas Riojanas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**10** Arroz Meloso con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**11** Crema Suave de Calabaza y Zanahoria ECO Garbanzos Estofados Ensalada de Maíz con Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**12** Macarrones con Salsa de Tomate SIN GLUTEN/HUEVO Abadejo Ajoarriero Pimientos Rojos Asados Yogur Natural Pan Sin Gluten	**13** Guiso de Menestra Lomo Asado a la Gallega Patatas Dado Macedonia Casera Pan Sin Gluten
16 Guisantes Encebollados Contramuslos de Pollo Asado Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**17** Patatas Riojanas Albóndigas de Merluza al Ajillo Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**18** Brócoli Guisado Alubias Blancas Suaves Calabaza en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**19** Sopa de Fideos S/GLUTEN/HUEVO Estofado de Ternera Ensalada de Maíz con Zanahoria Yogur Pan Sin Gluten	**20** Arroz Integral Campesina Huevos Cocidos en Salsa Española Ensalada de Lechuga y Zanahoria Macedonia Casera Pan Sin Gluten
23 Macarrones al Ajillo SIN GLUTEN/HUEVO Salmón al Limón Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**24** Crema de Calabacín Potaje de Garbanzos Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**25** Borraja con Patatas Lomo al Pepe Champiñones Salteados Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**26** Arroz Blanco con Tomate Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Pan Sin Gluten	**27** Crema de Brócoli y Calabaza Merluza al Ajo y Perejil Ensalada de Lechuga y Tomate Macedonia Casera Pan Sin Gluten
30 Guisantes a la Sevillana Huevos Cocidos a la Riojana Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten				

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Plátano, naranja, pera y manzana)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Noviembre 2026

Sin Frutos Secos - . - CEIP LA GUINDALERA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Judías Verdes Salteadas con Patatas Merluza al Horno Fritada Fruta de Temporada Pan	**3** Crema de Calabacín y Puerro Alubias Pintas Estofadas Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Integral	**4** Arroz Blanco con Tomate Filete de Cabezada de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan	**5** Lentejas a la Castellana Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga Yogur Pan Integral	**6** Macarrones Integrales al Ajillo Pollo Asado a las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Macedonia Casera Pan
9 Lentejas Estofadas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan	**10** Arroz Meloso con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan Integral	**11** Crema Suave de Calabaza y Zanahoria ECO Garbanzos Estofados Ensalada de Maíz con Zanahoria Fruta de Temporada Pan	**12** Macarrones Integrales con Salsa de Tomate Abadejo Ajoarriero Pimientos Rojos Asados Yogur Natural Pan Integral	**13** Guiso de Menestra Lomo Asado a la Gallega Patatas Dado Macedonia Casera Pan
16 Guisantes Encebollados Escalope de Pollo Casero Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan	**17** Patatas Riojanas Albóndigas de Merluza al Ajillo Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Integral	**18** Brócoli Guisado Alubias Blancas Suaves Calabaza en Guiso Fruta de Temporada Pan	**19** Sopa de la Huerta con Verduras ECO Estofado de Ternera Ensalada de Maíz con Zanahoria Yogur Pan Integral	**20** Arroz Integral Campesina Huevos Cocidos en Salsa Española Ensalada de Lechuga y Zanahoria Macedonia Casera Pan
23 Macarrones Integrales al Ajillo Salmón al Limón Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan	**24** Crema de Calabacín Potaje de Garbanzos Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan Integral	**25** Borraja con Patatas Lomo al Pepe Champiñones Salteados Fruta de Temporada Pan	**26** Arroz Blanco con Tomate Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Pan Integral	**27** Guiso de Lentejas Merluza al Ajo y Perejil Ensalada de Lechuga y Tomate Macedonia Casera Pan
30 Guisantes a la Sevillana Huevos Cocidos a la Riojana Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan				

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Plátano, naranja, pera y manzana)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Noviembre 2026

Sin Gluten (Sí lentejas) - . - CEIP LA GUINDALERA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Judías Verdes Salteadas con Patatas Merluza al Horno Fritada Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**3** Crema de Calabacín y Puerro Alubias Pintas Estofadas Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**4** Arroz Blanco con Tomate Filete de Cabezada de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**5** Lentejas a la Castellana Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga Yogur Pan Sin Gluten	**6** Macarrones al Ajillo SIN GLUTEN/HUEVO Pollo Asado a las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Macedonia Casera Pan Sin Gluten
9 Lentejas Estofadas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**10** Arroz Meloso con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**11** Crema Suave de Calabaza y Zanahoria ECO Garbanzos Estofados Ensalada de Maíz con Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**12** Macarrones con Salsa de Tomate SIN GLUTEN/HUEVO Abadejo Ajoarriero Pimientos Rojos Asados Yogur Natural Pan Sin Gluten	**13** Guiso de Menestra Lomo Asado a la Gallega Patatas Dado Macedonia Casera Pan Sin Gluten
16 Guisantes Encebollados Contramuslos de Pollo Asado Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**17** Patatas Riojanas Albóndigas de Merluza al Ajillo Zanahorias en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**18** Brócoli Guisado Alubias Blancas Suaves Calabaza en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**19** Sopa de Fideos S/GLUTEN/HUEVO Estofado de Ternera Ensalada de Maíz con Zanahoria Yogur Pan Sin Gluten	**20** Arroz Integral Campesina Huevos Cocidos en Salsa Española Ensalada de Lechuga y Zanahoria Macedonia Casera Pan Sin Gluten
23 Macarrones al Ajillo SIN GLUTEN/HUEVO Salmón al Limón Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**24** Crema de Calabacín Potaje de Garbanzos Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**25** Borraja con Patatas Lomo al Pepe Champiñones Salteados Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	**26** Arroz Blanco con Tomate Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Pan Sin Gluten	**27** Guiso de Lentejas Merluza al Ajo y Perejil Ensalada de Lechuga y Tomate Macedonia Casera Pan Sin Gluten
30 Guisantes a la Sevillana Huevos Cocidos a la Riojana Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten				

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Plátano, naranja, pera y manzana)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Noviembre 2026

Sin Mariscos (L y V) - . - CEIP LA GUINDALERA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Judías Verdes Salteadas con Patatas Merluza al Horno Fritada Fruta de Temporada Pan	3	4	5	6 Macarrones Integrales al Ajillo Pollo Asado a las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Macedonia Casera Pan
9 Lentejas Estofadas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan	10	11	12	13 Guiso de Menestra Lomo Asado a la Gallega Patatas Dado Macedonia Casera Pan
16 Guisantes Encebollados Contramuslos de Pollo Asado Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan	17	18	19	20 Arroz Integral Campesina Huevos Cocidos en Salsa Española Ensalada de Lechuga y Zanahoria Macedonia Casera Pan
23 Macarrones Integrales al Ajillo Salmón al Limón Tomate Aliñado Fruta de Temporada Pan	24	25	26	27 Guiso de Lentejas Merluza al Ajo y Perejil Ensalada de Lechuga y Tomate Macedonia Casera Pan
30 Guisantes a la Sevillana Huevos Cocidos a la Riojana Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan				

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Plátano, naranja, pera y manzana)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Noviembre 2026

Sin Frutos Secos, Prunáceas, Manzana (siempre Yogur) - . - CEIP LA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Judías Verdes Salteadas con Patatas Merluza al Horno Fritada Yogur Natural Pan	3	4	5	6
9 Lentejas Estofadas Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural Pan	10	11	12	13
16 Guisantes Encebollados Escalope de Pollo Casero Ensalada de Lechuga Yogur Natural Pan	17	18	19	20
23 Macarrones Integrales al Ajillo Salmón al Limón Tomate Aliñado Yogur Natural Pan	24	25	26	27
30 Guisantes a la Sevillana Huevos Cocidos a la Riojana Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural Pan				

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Plátano, naranja, pera y manzana)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ