

Menú Cocina Central Noviembre 2025

Sin Gluten - - Colegio Juan Palarea (Villaluenga)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div><div>3</div><div>Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)</div><div>Bacalao con Tomate.</div><div>Pimientos Asados</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Carne + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div></div>	<div><div>4</div><div>Coliflor a la Gallega</div><div>Pasta Sin Gluten Boloñesa</div><div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Arroz + Pescado + Fruta</div><div>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</div></div>	<div><div>5</div><div>Judías Blancas Estofadas con Verduras.</div><div>Tortilla Francesa.</div><div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Patata + Ave + Fruta</div><div>Cena: Patata + Ave + Fruta</div></div>	<div><div>6</div><div>Arroz a Banda.</div><div>Caballa en Aceite</div><div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Huevo + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</div></div>	<div><div>7</div><div>Garbanzos Estofados con Verduras.</div><div>Lacón a la Gallega</div><div>Patatas Panadera.</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada y Yogur</div><div>Verdura + Pescado + Fruta</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div></div>
<div><div>10</div><div>Crema de Calabacín ECO.</div><div>Merluza al Horno.</div><div>Tomate Aliñado con AOVE</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Arroz + Carne + Fruta</div><div>Cena: Arroz + Carne + Fruta</div></div>	<div><div>11</div><div>Sopa de Arroz</div><div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div><div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Pescado + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>	<div><div>12</div><div>Judías Verdes con Tomate.</div><div>Lomo al Horno</div><div>Patatas Panadera.</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Pasta + Huevo + Fruta</div><div>Cena: Pasta + Huevo + Fruta</div></div>	<div><div>13</div><div>Crema de Calabaza ECO.</div><div>Albóndigas de Pollo en Salsa.</div><div>Zanahoria ECO en Guiso</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Patata + Verdura + Lácteo</div><div>Cena: Patata + Verdura + Lácteo</div></div>	<div><div>14</div><div>FESTIVO</div></div>
<div><div>17</div><div>Pasta Sin Gluten con Tomate</div><div>Bacalao al Horno</div><div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Carne + Fruta</div><div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div></div>	<div><div>18</div><div>Estofado de Patatas con Verduras.</div><div>Tortilla Francesa.</div><div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Arroz + Pescado + Lácteo</div><div>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</div></div>	<div><div>19</div><div>Crema de Zanahoria ECO.</div><div>Pollo Asado</div><div>Patatas Dado</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Pasta + Verdura + Fruta</div><div>Cena: Pasta + Verdura + Fruta</div></div>	<div><div>20</div><div>Paella de Verduras.</div><div>Merluza a la Bilbaína.</div><div>Pimientos Asados</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Ave + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</div></div>	<div><div>21</div><div>Garbanzos a la Catalana.</div><div>Tortilla Francesa de Jamón York.</div><div>Tomate Aliñado con AOVE</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada y Yogur</div><div>Patata + Pescado + Fruta</div><div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div></div>
<div><div>24</div><div>Guiso de Menestra</div><div>Pasta Sin Gluten con Atún</div><div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Arroz + Ave + Fruta</div><div>Cena: Arroz + Ave + Fruta</div></div>	<div><div>25</div><div>Pasta Sin Gluten con Tomate</div><div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div><div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Pescado + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>	<div><div>26</div><div>Crema de Verduras ECO.</div><div>Magro de Cerdo con Tomate.</div><div>Arroz Pilaf</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Patata + Huevo + Fruta</div><div>Cena: Patata + Huevo + Fruta</div></div>	<div><div>27</div><div>Garbanzos Encebollados.</div><div>Merluza al Horno.</div><div>Patatas Panadera.</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Pasta + Carne + Fruta</div><div>Cena: Pasta + Carne + Fruta</div></div>	<div><div>28</div><div>Arroz con Tomate.</div><div>Escalope de Pollo</div><div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div><div>Pan Sin Gluten y Agua</div><div>Fruta de Temporada</div><div>Verdura + Pescado + Lácteo</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>

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 Noviembre 2025

Sin Lentejas - - Colegio Juan Palarea (Villaluenga)

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
3	Sopa de Fideos Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	4	Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta	5	Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta	6	Arroz a Banda. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	7	Garbanzos Estofados con Verduras. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta
10	Crema de Calabacín ECO. Merluza Empanada Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Carne + Fruta Cena: Arroz + Carne + Fruta	11	Sopa de Arroz Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	12	Judías Verdes con Tomate. Lomo al Horno Patatas Panadera. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta Cena: Pasta + Huevo + Fruta	13	Crema de Calabaza ECO. Albóndigas de Pollo en Salsa. Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Verdura + Lácteo Cena: Patata + Verdura + Lácteo	14	 FESTIVO
17	Coditos con Tomate Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18	Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Lácteo Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	19	Crema de Zanahoria ECO. Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta Cena: Pasta + Verdura + Fruta	20	Paella de Verduras. Merluza a la Bilbaína. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo	21	Garbanzos a la Catalana. Tortilla Francesa de Jamón York. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta
24	Guiso de Menestra Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta	25	Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	26	Crema de Verduras ECO. Magro de Cerdo con Tomate. Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Huevo + Fruta Cena: Patata + Huevo + Fruta	27	Garbanzos Encebollados. Merluza al Horno. Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Carne + Fruta Cena: Pasta + Carne + Fruta	28	Arroz con Tomate. Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

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 Noviembre 2025

Sin Cerdo - - Colegio Juan Palarea (Villaluenga)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>3</div> <div>Sopa de Fideos</div> <div>Bacalao con Tomate.</div> <div>Pimientos Asados</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Carne + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div>	<div>4</div> <div>Coliflor a la Gallega</div> <div>Macarrones Boloñesa de Ternera.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</div>	<div>5</div> <div>Judías Blancas Estofadas con Verduras.</div> <div>Tortilla Francesa.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Patata + Ave + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Ave + Fruta</div>	<div>6</div> <div>Arroz a Banda.</div> <div>Caballa en Aceite</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Huevo + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</div>	<div>7</div> <div>Garbanzos Estofados con Verduras.</div> <div>Albóndigas de Merluza</div> <div>Patatas Panadera.</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada y Yogur</div> <div>Verdura + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>
<div>10</div> <div>Crema de Calabacín ECO.</div> <div>Merluza Empanada</div> <div>Tomate Aliñado con AOVE</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Arroz + Carne + Fruta</div>	<div>11</div> <div>Lentejas Estofadas con Verduras.</div> <div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Pescado + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div>	<div>12</div> <div>Judías Verdes con Tomate.</div> <div>Merluza al Horno.</div> <div>Patatas Panadera.</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Pasta + Huevo + Fruta</div> <div>Cena: Pasta + Huevo + Fruta</div>	<div>13</div> <div>Crema de Calabaza ECO.</div> <div>Albóndigas de Pollo en Salsa.</div> <div>Zanahoria ECO en Guiso</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Patata + Verdura + Lácteo</div> <div>Cena: Patata + Verdura + Lácteo</div>	<div>14</div> <div></div> <div>FESTIVO</div>
<div>17</div> <div>Coditos con Tomate</div> <div>Delicias de Bacalao</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>	<div>18</div> <div>Lentejas Castellanas</div> <div>Tortilla Francesa.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Tomate</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Pescado + Lácteo</div> <div>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</div>	<div>19</div> <div>Crema de Zanahoria ECO.</div> <div>Pollo Asado</div> <div>Patatas Dado</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Pasta + Verdura + Fruta</div> <div>Cena: Pasta + Verdura + Fruta</div>	<div>20</div> <div>Paella de Verduras.</div> <div>Merluza a la Bilbaína.</div> <div>Pimientos Asados</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Ave + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Ave + Lácteo</div>	<div>21</div> <div>Garbanzos a la Catalana.</div> <div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div> <div>Tomate Aliñado con AOVE</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada y Yogur</div> <div>Patata + Pescado + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div>
<div>24</div> <div>Guiso de Menestra</div> <div>Espirales con Atún.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Arroz + Ave + Fruta</div> <div>Cena: Arroz + Ave + Fruta</div>	<div>25</div> <div>Coditos con Tomate</div> <div>Tortilla de Patata con Cebolla.</div> <div>Ensalada de Lechuga y Maíz</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Pescado + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div>	<div>26</div> <div>Crema de Verduras ECO.</div> <div>Croquetas de Bacalao</div> <div>Arroz Pilaf</div> <div>Pan Integral y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Patata + Huevo + Fruta</div> <div>Cena: Patata + Huevo + Fruta</div>	<div>27</div> <div>Garbanzos Encebollados.</div> <div>Merluza al Horno.</div> <div>Patatas Panadera.</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Pasta + Carne + Fruta</div> <div>Cena: Pasta + Carne + Fruta</div>	<div>28</div> <div>Garbanzos a la Catalana.</div> <div>Escalope de Pollo</div> <div>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</div> <div>Pan y Agua</div> <div>Fruta de Temporada</div> <div>Verdura + Pescado + Lácteo</div> <div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div>

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.