SERUNION EDUCA

Menú Basal

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 **FESTIVO**	03 Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan integral	04 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan	05 Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) Naranja y pan integral	06 Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur /manzana y pan
09 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	10 Alubias blancas guisadas con chorizo (chorizo de guisar, tomate natural , zanah Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	11 Sopa de estrellas con caldo casero(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) Plátano y pan de horno tradicional	12 Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral de horno tradicional	13 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja texturizada, Yogur /manzana y pan de horno tradicional
16 Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	17 Sopa casera de cocido con estrellas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) Naranja y pan integral	18 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	19 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	20 **FESTIVO**
23 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Patatas al vapor Plátano y pan	24 Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	25 Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	26 Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (pollo salteado, garbanzo, patata) Ensalada de lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	27 Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Yogur /manzana y pan
30 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) Pera conferencia y pan	01	02	03	04 **Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible



01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.



03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.



04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...	Para cenar puede ser...
Verdura	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	Verdura
Legumbres	Verdura o Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
Huevo	carne o Pescado
Pescado	Huevo o carne
Legumbres	Verdura o Huevo
carne	Huevo o Pescado

Fruta o lácteo

SERUNION EDUCA

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla														
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana(t														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate na														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ceb	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,te		2							9					14
			Guarnición	0														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,r				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,ce														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Alubias blancas guisadas con chorizo (chori	1	2	3						9					14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero(cebolla,														
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate r														14
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate r														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,ha				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.														14
			Segundo	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal(	1							8	9	10	11			
			Guarnición	0														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(cal														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa casera de cocido con estrellas(cebolla	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,te		2							9					14
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana(t														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pimi														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceit														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pimi														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate (	1								9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria														14
			Segundo	Ropa vieja (pollo salteado, garbanzo, patata)														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(n			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía														
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimier														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate natu	1													14
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanahor														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento,														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Patatas a la riojana(chorizo, tomate nat, ceb	1	2	3						9					14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perejil				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll														
			Guarnición	0														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche.

SERUNION EDUCA

Menú Sin lactosa

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 **FESTIVO**	03 Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan integral	04 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan	05 Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	06 Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur de soja y manzana y pan
09 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	10 Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	11 Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan	12 Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral	13 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja texturizada, cebolla) - Yogur de soja y manzana y pan
16 Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	17 Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	18 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	19 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	20 **FESTIVO**
23 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan	24 Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	25 Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	26 Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	27 Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Yogur de soja y manzana y pan
30 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan	01	02	03	04 **Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lactosa

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis integrales con boloñesa vegeta	1							8	9	10	11			
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin frutos secos

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 **FESTIVO**	03 Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan integral	04 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan	05 Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	06 Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur /manzana y pan
09 Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	10 Alubias blancas guisadas con chorizo (chorizo de guisar, tomate natural , zanah Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	11 Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan	12 Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral	13 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) - Yogur /manzana y pan
16 Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	17 Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	18 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	19 Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	20 **FESTIVO**
23 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan	24 Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	25 Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	26 Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	27 Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Yogur /manzana y pan
30 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan	01	02	03	04 **Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Alubias blancas guisadas con chorizo (chor	1	2	3						9					14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis integrales con salsa de tomate y	1								9		11			
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas a la riojana(chorizo, tomate nat, ceb	1	2	3						9					14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin salmón

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan integral	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Jurel guisado a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur /manzana y pan
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Alubias blancas guisadas con chorizo (chorizo de guisar, tomate natural , zanah Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja texturizada, cebolla) - Yogur /manzana y pan
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan integral	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	**FESTIVO**
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, Palometa en salsa de puerros(puerro,cebolla,ajo) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Yogur /manzana y pan
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin salmón

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin salmón	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Jurel guisado a la vizcaína (tomate, pimient				4										14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Alubias blancas guisadas con chorizo (chor	1	2	3						9					14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis integrales con boloñesa vegeta	1							8	9	10	11			
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Palometa en salsa de puerros(puerro,cebol				4										
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas a la riojana(chorizo, tomate nat, ceb	1	2	3						9					14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin gluten

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Guiso de alubias blancas con zanahoria(cebolla, tomate nat trit...) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan sin gluten	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur /manzana y pan sin gluten
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan sin gluten	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan sin gluten	Sopa con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan sin gluten	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis sin gluten con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) - Yogur /manzana y pan sin gluten
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan sin gluten	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan sin gluten	**FESTIVO**
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan sin gluten	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan sin gluten	Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan sin gluten	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan sin gluten	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Yogur /manzana y pan sin gluten
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan sin gluten				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin gluten

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria(cel														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa con fideos sin gluten(cebolla, cerdo ,									9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis sin gluten con salsa de tomate y									9					
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate									9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin huevo

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Dorado al horno con majado de ajo y perejil Lechuga y pepino Plátano y pan integral	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Yogur /manzana y pan
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Abadejo al horno Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis sin huevo con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) - Yogur de soja y manzana y pan
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Merluza al horno con eneldo Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	FESTIVO
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Abadejo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de col fresca Yogur /manzana y pan
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin huevo	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Dorado al horno con majado de ajo y perejil				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1										11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Abadejo al horno				4	5	6								
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pue	1										11	12		14
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis sin huevo con salsa de tomate y									9					
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1										11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Merluza al horno con eneldo				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Abadejo al horno				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones sin huevo con salsa de tomate	1										11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, a				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Abadejo a la vizcaína (tomate, pimiento, cel				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin huevo(ceboll	1										11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin piel de fruta

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Fruta fresca pelada y pan integral	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca pelada y pan	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca pelada y pan integral	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón al horno Lechuga y maíz dulce Yogur natural y manzana pelada y pan
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca pelada y pan	Alubias blancas guisadas con chorizo (chorizo de guisar, tomate natural , zanah Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Fruta fresca pelada y pan integral	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Fruta fresca pelada y pan	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca pelada y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con boloñesa vegetal(tomate nat trit, soja texturizada, cebolla) - Fruta fresca de temporada permitida/yogur natural y pan
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca pelada y pan	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca pelada y pan integral	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Fruta fresca pelada y pan	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca pelada y pan integral	FESTIVO
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Fruta fresca pelada y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca pelada y pan integral	Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Fruta fresca pelada y pan	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Fruta fresca pelada y pan integral	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada permitida/yogur natural y pan
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Fruta fresca pelada y pan				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin piel de fruta

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin piel de fruta	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón al horno				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Alubias blancas guisadas con chorizo (chor	1	2	3						9					14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,l				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis integrales con boloñesa vegeta	1							8	9	10	11			
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas a la riojana(chorizo, tomate nat, ceb	1	2	3						9					14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo (zanahoria,codillo,pollo ,t		2							9					14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin leche, frutos secos

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Plátano y pan integral	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Pera conferencia y	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, cebolla, cerdo,ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,naranja,cebolla) Lechuga y maíz dulce Manzana golden y pan
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Mandarina y pan integral	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan integral	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis integrales con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) - Manzana golden y pan
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Pera conferencia y pan	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan integral	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Mandarina y pan	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Plátano y pan integral	FESTIVO
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Plátano y pan	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Mandarina y pan integral	Macarrones integrales con salsa de tomate (tomate nat trit,zanahoria, Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Pera conferencia y pan	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Naranja y pan integral	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Manzana golden y pan
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Pera conferencia y pan				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin leche, frutos secos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin leche, frutos s	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1													14
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con caldo casero(fideos, ce	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja(harina de maíz,				4	5	6								14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis integrales con salsa de tomate y	1								9		11			
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de estrellitas(cebolla, cerdo , puerro,	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento	1													
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos integrales	1								9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

SERUNION EDUCA

Menú Sin gluten, lactosa, naranja,azúcares, harinas refinadas, bollería industrial, chucherías

CEIP Santo Tomás de Villanueva

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
FESTIVO	Guiso de alubias blancas con zanahoria(cebolla, tomate nat trit...) Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceite) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate nat trit,champiñón, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo,tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Salmón al horno Lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada permitida/yogur natural y pan sin gluten
09	10	11	12	13
Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,cebolla) Merluza a la bilbaína con pimentón Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Sopa con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate nat trit,pimiento verde) - Plátano y pan sin gluten	Garbanzos guisados con calabaza (tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,harina maíz,pimiento rojo) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Naranja y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Espaguetis sin gluten con salsa de tomate y pavo(tomate nat trit, pavo taco, zanahoria) - Fruta fresca de temporada permitida/yogur natural y pan sin gluten
16	17	18	19	20
Patatas guisadas con sofrito de verduras(calabacín, zanahoria y puerro) Delicias de abadejo a la andaluza frito(harina de maíz) Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Patata panadera al horno Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate artesana(tomate nat trit,zanahoria, Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacon,ajo, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	FESTIVO
23	24	25	26	27
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Contramuslo de pollo asado en su jugo Patatas al vapor Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Aubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera (cebolla, zanahoria) Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro,aceite) Guisantes salteados Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Crema suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo) Lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Merluza horneada al gratén con mahonesa(mahonesa, aceite, ajo...) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada permitida/yogur natural y pan sin gluten
30	01	02	03	04
Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Magro de cerdo estofado con patatas (pimiento,guisante,tomate,ajo) - Fruta fresca permitida (no naranja) y pan sin gluten				**Fruta fresca de temporada (otoño):** manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin gluten, lactosa, naranja,€

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin gluten, lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada(puerro,calabaza,														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria(cel														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y pepino														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora(tomate n														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Patatas guisadas con carne(magro de cerdo														14
			Segundo	Salmón al horno				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Paella de verduritas(zanah,tomate nat trit,c														
			Segundo	Merluza a la bilbaína con pimentón				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Sopa con fideos sin gluten(cebolla, cerdo ,									9		11			
			Segundo	Pollo estofado con patatas(cebolla, tomate														14
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Garbanzos guisados con calabaza (tomate														14
			Segundo	Dorado guisado a la riojana(tomate nat trit,h				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Espaguetis sin gluten con salsa de tomate y									9					
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras(ca														14
			Segundo	Delicias de abadejo a la andaluza frito(harir				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol														14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate artesana														
			Segundo	Revuelto de huevo y bacon(huevo líq, bacor			3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Viernes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	FESTIVO														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pat			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Miércoles	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate									9		11			
			Segundo	Salmón en salsa de puerros(cebolla, puerro				4	5	6								
			Guarnición	Guisantes salteados														
		Jueves	Primero	Crema suave de zanahoria (patata, zanahor														14
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														14
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana														
			Segundo	Merluza horneada al gratén con mahonesa(r			3	4	5	6			9					
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14
			Segundo	Magro de cerdo estofado con patatas (pimie														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Aubias blancas guisadas con verduras (pin														14
			Segundo	Caballa a la siciliana(tomate nat trit,zanaho				4	5	6								14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Paella de pollo(zanah,tom,cebolla,pimiento														
			Segundo	Tortilla francesa casera(huevo líquido, aceit			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji				4	5	6								
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebol									9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo														14
			Guarnición	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.