

MENÚ ESCUELAS INFANTILES MÓSTOLES

DICIEMBRE 2025

2 A 6 AÑOS



LUNES

01

- . Ensalada de rúcula y aceitunas negras
- . Espaguetis integrales con tomate
- . Huevos revueltos con puerros y calabacines
- . Fruta y yogur natural

02

- . Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja
- . Puré de verdura
- . Salmón rebozado
- . Fruta y yogur natural

MARTES

03

- . Ensalada de escarola, tomate y aceitunas
- . Sopa de cocido con fideos
- . Cocido de garbanzos con verduras, ternera y pollo
- . Fruta y yogur natural

MIÉRCOLES

04

- . Ensalada canónigos, zanahoria y queso fresco
- . Judías verdes con patatas
- . Pollo con salsa de champiñón
- . Fruta y leche fresca

JUEVES

05

- .Ensalada de espinaca, remolacha roja y manzana
- . Lentejas estofadas con verdur.y arroz integral
- . Fruta y yogur natural

08

09

10

11

12

FESTIVO

- . Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja
- . Crema de calabaza
- . Bacalao con tomate y patatas fritas
- . Fruta y leche fresca

- . Ensalada de escarola, tomate y aceitunas
- . Potaje de espinacas, garbanzos y arroz integral
- . Fruta y yogur natural

- . Ensalada canónigos, zanahoria y queso fresco
- . Brécol con patatas.
- . Pollo asado con manzana asada
- . Fruta y leche fresca

- .Ensalada de espinaca, remolacha roja y manzana
- . Patatas guisadas con verduras
- . Limanda rebozada
- . Fruta y yogur natural

15

16

17

18

19

- . Ensalada de rúcula y aceitunas negras
- . Arroz integral con tomate frito
- . Huevo frito
- . Fruta y yogur natural

- . Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja
- . Crema de champiñones
- . Merluza con pisto
- . Fruta y leche fresca

- . Ensalada de escarola, tomate y aceitunas
- . Lentejas con verduras
- . Bacalao rebozado
- . Fruta y yogur natural

- . Ensalada canónigos, zanahoria y queso fresco
- . Lombarda rehogada con manzana
- . Pollo a la plancha con patatas fritas
- . Fruta y leche fresca

- .Ensalada de espinaca, remolacha roja y manzana
- . Macarrones integrales con boloñesa de lentejas
- . Fruta y yogur natural

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre	→ Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→ Arroz, pasta o patata
Carnes	→ Pescado o huevo
Pescados	→ Carne o huevo
Huevo	→ Pescado o carne
Fruta	→ Lácteo o fruta
Lácteos	→ Fruta

SUGERENCIA PARA LA CENA

En cumplimiento del Reglamento (UE) N°1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.
Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

www.cuidateycomejunto.com
MAGAZINE DE ALIMENTACIÓN Y SALUD

