

MENÚ ESCUELAS INFANTILES MÓSTOLES

DICIEMBRE 2025



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
01		02		03		04		05	
. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera	
. Ensalada de tomate y a. negras		. Ensalada de zanahoria y naranja		. Ensalada de escarola y aceitunas		. Ensalada canónigos y queso fresco		. Ensalada de manzana y espinaca	
. Espaguetis integrales con tomate		. Puré de verdura		. Sopa de fideos		. Judías verdes con patatas		. Puré de verdura	
. Huevos revueltos con puerros y calabacines		. Salmón rebozado		. Cocido de garbanzos con verduras, ternera y pollo		. Pollo con salsa de champiñón		. Lentejas estofadas con verdur.y arroz integral	
. Yogur natural		. Yogur natural		. Yogur natural		. Leche fresca/yogur natural		. Yogur natural	
08		09		10		11		12	
FESTIVO		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera	
		. Ensalada de zanahoria y naranj		. Ensalada de escarola y aceitunas		. Ensalada canónigos y queso fresco		. Ensalada de manzana y espinaca	
		. Crema de calabaza		. Puré de verdura		. Brécol con patatas.		. Patatas guisadas con verduras	
		. Bacalao con tomate y patatas fritas		. Potaje de espinacas, garbanzos y arroz integral		. Pollo asado con manzana asada		. Limanda rebozada	
		. Yogur natural		. Yogur natural		. Leche fresca/yogur natural		. Yogur natural	
15		16		17		18		19	
. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera		. Zumo de naranja/fruta entera	
. Ensalada de tomate y a. negras		. Ensalada de zanahoria y naranj		. Ensalada de escarola y aceitunas		. Ensalada canónigos y queso fresco		. Ensalada de manzana y espinaca	
. Arroz integral con tomate frito		. Crema de champiñones		. Lentejas con verduras		. Lombarda rehogada con manzana		. Puré de verdura	
. Huevo frito		. Merluza con pisto		. Bacalao rebozado		. Pollo a la plancha con patatas fritas		. Macarrones integrales con boloñesa de lentejas	
. Yogur natural		. Leche fresca/yogur natural		. Yogur natural		. Leche fresca/yogur natural		. Yogur natural	

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.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Arroz, pasta o patata
Pescado o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta

www.culdate y come sano! .com
MAGAZINE DE ALIMENTACIÓN Y SALUD