

MES: Septiembre 2026

CEIP MIRAFLORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Todos los menús irán acompañados de agua. Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración	1 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	2 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	3 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	4 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	5 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	6 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta
7 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	8 INICIO CURSO ESCOLAR Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.180/761 GT:26 GS:3 HC:98 AZ:27 PROT:31 SAL:2	9 Sopa maravilla con verduras Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.166/757 GT:23 GS:6 HC:87 AZ:28 PROT:47 SAL:2	10 Lentejas a la campesina Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.135/750 GT:29 GS:5 HC:78 AZ:25 PROT:39 SAL:3	11 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Macarrones integrales (eco.) con salsa boloñesa vegana Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.256/779 GT:15 GS:3 HC:115 AZ:28 PROT:38 SAL:2	12 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
14 Judías verdes con refrito Garbanzos estofados con arroz integral Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.148/753 GT:33 GS:4 HC:83 AZ:24 PROT:25 SAL:1	15 Crema de zanahoria (eco.) Magro guisado con verduras Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:3.124/747 GT:22 GS:1 HC:101 AZ:28 PROT:33 SAL:2	16 Espirales con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.260/780 GT:31 GS:7 HC:92 AZ:31 PROT:28 SAL:3	17 Alubias estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.109/744 GT:27 GS:3 HC:81 AZ:26 PROT:40 SAL:2	18 Arroz caldoso de verduras - Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.122/747 GT:28 GS:5 HC:95 AZ:25 PROT:26 SAL:2	19 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	20 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos
21 Lentejas con verduras de temporada Salmón al horno con salsa pomodoro con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.185/762 GT:21 GS:3 HC:89 AZ:30 PROT:53 SAL:2	22 Menestra de verduras salteadas Macarrones integrales (eco.) con salsa boloñesa vegana Fruta y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.119/746 GT:14 GS:3 HC:109 AZ:29 PROT:38 SAL:2	23 Crema fina de calabacín Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.198/765 GT:23 GS:5 HC:95 AZ:27 PROT:42 SAL:2	24 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.277/784 GT:34 GS:5 HC:87 AZ:26 PROT:29 SAL:2	25 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:3.134/750 GT:24 GS:3 HC:99 AZ:27 PROT:31 SAL:2	26 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta
28 Pastel de patata y verduras Alubias estofadas con verduras con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta VE:3.168/758 GT:27 GS:4 HC:98 AZ:22 PROT:25 SAL:2	29 Arroz caldoso de verduras Huevos revueltos con atún con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.246/777 GT:22 GS:5 HC:92 AZ:24 PROT:29 SAL:2	30 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.066/734 GT:23 GS:4 HC:95 AZ:31 PROT:33 SAL:2				

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES