

Menú Diciembre 2025

Colegios, Alergia a PLV

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

- Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1
- Bacalao al horno con ajitos v3
- Patatas gajo especiadas al horno v1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 16.78%, G: 34.03%, HC: 49.19%, Az: 26.48gr
Sal: 1.31gr, AGS: 2.38gr, 451.36 Kcal

2

- Ensalada de lechuga, tomate, huevo duro, maíz y aceitunas v1
- Pasta con tomate
- Manzana
- **Pan blanco ecológico**

P: 12.13%, G: 31.26%, HC: 56.61%, Az: 14.09gr
Sal: 1.43gr, AGS: 2.77gr, 436.58 Kcal

3

- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1
- Tortilla de patata con cebolla ta v1
- Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca
- Naranja
- **Pan blanco ecológico**

P: 16.76%, G: 28.09%, HC: 55.15%, Az: 14.68gr
Sal: 2.38gr, AGS: 2.38gr, 451.48 Kcal

4

- Ensalada de lechuga, pepino, zanahoria y maíz
- Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate v1
- Arroz hervido v.1
- Mandarina
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 15.86%, G: 35.45%, HC: 48.69%, Az: 10.69gr
Sal: 1.49gr, AGS: 3.20gr, 484.09 Kcal

5

- Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1
- Tortilla francesa a mano
- Salteado de calabacín y champiñones
- Manzana
- **Pan blanco ecológico**

P: 19.35%, G: 30.42%, HC: 50.23%, Az: 11.39gr
Sal: 1.38gr, AGS: 2.11gr, 368.49 Kcal

8

- Crema de calabacín y puerros v1
- Salmón al limón al horno
- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1
- Manzana
- **Pan blanco ecológico**

P: 21.54%, G: 40.02%, HC: 38.44%, Az: 12.38gr
Sal: 4.00gr, AGS: 2.67gr, 413.42 Kcal

9

- Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y huevo duro v1
- Espirales con salsa de tomate v.1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 11.54%, G: 26.47%, HC: 61.99%, Az: 27.52gr
Sal: 1.12gr, AGS: 2.72gr, 472.69 Kcal

10

- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1
- Tortilla de patata con cebolla ta v1
- Ensalada de lechuga y pepino
- Mandarina
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 14.61%, G: 39.60%, HC: 45.79%, Az: 14.39gr
Sal: 2.32gr, AGS: 3.64gr, 527.51 Kcal

11

- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín
- Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa
- Cus cus hervido
- Manzana
- **Pan blanco ecológico**

P: 17.33%, G: 28.92%, HC: 53.74%, Az: 14.53gr
Sal: 1.19gr, AGS: 2.23gr, 485.61 Kcal

12

15

- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2
- Bacalao al horno con ajo
- Patatas gajo especiadas al horno v1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 17.26%, G: 30.48%, HC: 52.27%, Az: 27.82gr
Sal: 0.97gr, AGS: 2.27gr, 453.20 Kcal

16

- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro
- Pasta con tomate y berenjena
- Pera
- **Pan blanco ecológico**

P: 12.22%, G: 28.23%, HC: 59.56%, Az: 15.70gr
Sal: 1.28gr, AGS: 2.72gr, 465.33 Kcal

17

- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1
- Tortilla de patata con calabacín ta v2
- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras
- Naranja
- **Pan blanco ecológico**

P: 15.53%, G: 35.79%, HC: 48.68%, Az: 13.65gr
Sal: 1.40gr, AGS: 2.78gr, 494.10 Kcal

18

- Arroz hervido con tomate
- Pollo guisado con especias
- Menestra de zanahoria y brocoli hervida
- Manzana
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 14.60%, G: 29.34%, HC: 56.06%, Az: 12.24gr
Sal: 1.34gr, AGS: 2.15gr, 452.41 Kcal

19

- Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2
- Tortilla francesa a mano
- Tomate aliñado con maíz
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 15.76%, G: 23.66%, HC: 60.58%, Az: 27.66gr
Sal: 1.15gr, AGS: 2.29gr, 460.62 Kcal

22

23

24

25

26

29

30

31

1

2

F. Cáscara / Apio / Mostaza / Sésamo / SO2 / Moluscos / Altramuces / Gluten / Crustáceos / Huevos / Pescados / Cacahuets / Soja / Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Catering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.