

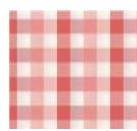
COLEGIO ALEMÁN ALBERTO DURERO

Menú Sin pescado

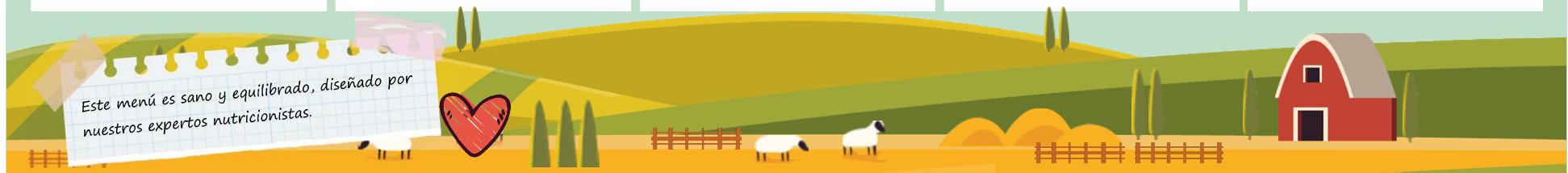
Diciembre 2025

Patricia Huerta Benítez
Colegiada N° CAT001645



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Atendiendo al Rgt. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias</p>	<p>*Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta</p>			
01 Macarrones integrales con salsa de tomate Ragout de ternera Zanahoria salteada Fruta fresca y pan blanco	02 Arroz a la cazuela con magro Pechuga de pavo al limón Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan salvado	03 Lentejas con calabaza Tortilla de patatas y cebolla Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca y pan blanco	04 Crema parmentiere Jamoncitos de pollo al horno con tomate y cebolla Verduras salteadas Fruta fresca y pan salvado	05 Cocido andaluz Revuelto de huevo Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta fresca y pan blanco
08  FESTIVO	09 Lentejas con chistorra Tortilla de calabacín Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan salvado	10 Ensalada de patata con pimiento y cebolla Pavo al chilindrón Guisantes salteados Fruta fresca y pan blanco	11 Alubias blancas estofadas Muslos de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan salvado	12 Macarrones integrales gratinados Cinta de lomo a la plancha / horno Menestra de verduras salteadas Fruta fresca y pan blanco
15 Espaguetis integrales aglio-olio con bacon Tortilla de patatas y cebolla Ensalada de lechuga, maíz y orégano Fruta fresca y pan blanco	16 Lentejas con zanahoria Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur natural ecológico y pan salvado	17 Paella de verduras con menestra Dados de magro en salsa Ensalada de lechuga, col y zanahoria Fruta fresca y pan blanco	18 Crema de calabaza y puerro Lasaña de carne casera - Fruta fresca y pan salvado	19 Sopa de picadillo con york y huevo duro Pechuga de pollo al horno / plancha Patatas asadas Turrones variados y pan blanco
22 VACACIONES NAVIDAD	23 	24	25	26

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por
nuestros expertos nutricionistas.



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.



02 Convivencia

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

03 Sostenibilidad

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



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
	Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

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