

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Gluten - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8

Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Ave + Fruta

15

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + Fruta

22

Pasta Sin Gluten al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29



FESTIVO

7

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14

Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21

Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28



FESTIVO

6

Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

13

Arroz Tres Delicias
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20

Estofado de Patatas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

27



FESTIVO

5

Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Pasta Sin Gluten con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19

Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26



FESTIVO

4

Crema de Calabacín ECO
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11

Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

18

Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

25



FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Lactosa - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 1
- Macarrones con Tomate
- Tortilla de Patata con Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur de Soja
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 8
- Guisantes Rehogados
- Merluza al Horno
- Patatas Panadera
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur de Soja
- Cena: Pasta + Ave + Fruta

- 15
- Judías Blancas Estofadas con Verduras
- Caballa en Aceite
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur de Soja
- Cena: Patata + Ave + Fruta

- 22
- Coditos con Tomate
- Merluza a la Bilbaina
- Pimiento Asado en Guiso
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Postre Especial
- Cena: Verdura + Ave + Fruta



- 7
- Guiso de Verduras ECO con Patatas
- Pollo Asado
- Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14
- Sopa de Cocido
- Cocido Completo con Verduras
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 21
- Judías Blancas con Choco
- Pollo Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Fruta



- 6
- Lentejas con Chorizo
- Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 13
- Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
- Tortilla de Patata con Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20
- Lentejas Estofadas con Verduras
- Tortilla Francesa con Atún
- Ensalada Tricolor
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Carne + Fruta



- 5
- Arroz con Tomate
- Limanda al Horno
- Champiñón Rehogado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12
- Macarrones con Tomate
- Limanda en Salsa
- Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19
- Paella de Verduras
- Lacón a la Gallega
- Patatas Panadera
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo



- 4
- Crema de Calabacín ECO
- Espirales a la Boloñesa
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11
- Crema de Verduras ECO
- Cinta de Lomo Adobado al Horno
- Patatas Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 18
- Brócoli Salteado
- Albóndigas de Ternera en Salsa
- Guisantes Rehogados
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Patata + Huevo + Fruta



mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Frutos Secos - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

18 Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

25



5 Arroz con Tomate
Medallón de Salmón y Calabaza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 Macarrones con Tomate
Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

19 Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26



6 Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

13 Arroz Tres Delicias
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

27



7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14 Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Judías Blancas con Choco
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28



1 Macarrones a la Mallorquina
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Pasta + Ave + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Ave + Fruta

22 Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

29



mediterránea

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Huevo ni Frutos secos - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

- 1
- Pasta s/gluten ni huevo a la Mallorquina
- Limanda al Horno
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur
- Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

- 8
- Guisantes Rehogados
- Merluza al Horno
- Patatas Panadera
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur
- Cena: Pasta + Ave + Fruta

- 15
- Judías Blancas Estofadas con Verduras
- Caballa en Aceite
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur
- Cena: Patata + Ave + Fruta

- 22
- Pasta Sin Huevo al Gratén
- Merluza a la Bilbaína
- Pimiento Asado en Guiso
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Postre Especial
- Cena: Verdura + Ave + Fruta



- 4
- Crema de Calabacín ECO
- Pasta Sin Huevo Boloñesa
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11
- Crema de Verduras ECO
- Cinta de Lomo Adobado al Horno
- Patatas Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 18
- Brócoli Salteado
- Albóndigas de Ternera en Salsa
- Guisantes Rehogados
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Patata + Ave + Fruta



- 5
- Arroz con Tomate
- Limanda al Horno
- Champiñón Rehogado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 12
- Pasta Sin Huevo con Tomate
- Limanda en Salsa
- Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 19
- Paella de Verduras
- Lacón a la Gallega
- Patatas Panadera
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo



- 6
- Lentejas con Chorizo
- Cinta de Lomo Adobado al Horno
- Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 13
- Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín
- Filete de Pollo al Horno
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 20
- Lentejas Estofadas con Verduras
- Limanda al Horno
- Ensalada Tricolor
- Pan Integral y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Carne + Fruta



- 7
- Guiso de Verduras ECO con Patatas
- Pollo Asado
- Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 14
- Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
- Cocido Completo con Verduras
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Arroz + Verdura + Fruta

- 21
- Judías Blancas con Choco
- Pollo Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada
- Cena: Verdura + Pescado + Fruta



mediterránea

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Gluten ni Lactosa - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Crema de Calabacín ECO
Pasta Sin Gluten Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

6 Crema de Verduras ECO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

1 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11 Crema de Verduras ECO

Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

12 Pasta Sin Gluten con Tomate

Limanda en Salsa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 Arroz con Verduras (Cebolla, Pimiento, Zanahoria y Calabacín)
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

14 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)

Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado

Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras

Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20 Estofado de Patatas con Verduras

Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco

Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Pasta con Tomate (pasta sin gluten y sin huevo)
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 
FESTIVO

26 
FESTIVO

27 
FESTIVO

28 
FESTIVO

29 
FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)
R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Marzo 2024

Sin Pescados Planos - - CEIP La Senda

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Macarrones a la Mallorquina
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

8

Guisantes Rehogados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Ave + Fruta

15

Judías Blancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Ave + Fruta

22

Coditos al Gratén
Merluza a la Bilbaína
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Postre Especial

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29



FESTIVO

7

Guiso de Verduras ECO con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

14

Sopa de Cocido
Cocido Completo con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21

Judías Blancas con Choco
Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

28



FESTIVO

6

Lentejas con Chorizo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

13

Arroz Tres Delicias
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

20

Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Atún
Ensalada Tricolor
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

27



FESTIVO

5

Arroz con Tomate
Medallón de Salmón y Calabaza
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

Macarrones con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

19

Paella de Verduras
Lacón a la Gallega
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

26



FESTIVO

4

Crema de Calabacín ECO
Espirales a la Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

11

Crema de Verduras ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

18

Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

25



FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.