

Menú Cc Toledo Fría Septiembre 2026

Sin Lactosa - - CEIP San Anton

Lunes

7

8

Lentejas Guisadas "de la Abuela". 1T
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Tomate Aliñado con AOVE 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Piña al Natural

Kcal: 714 Lip: 26,83 Prot: 26,96 HC: 90,70

14 Brócoli Rehogado con Ajitos
Alubias Suaves.

Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 493 Lip: 12,15 Prot: 21,66 HC: 76,84

21 Guiso de Coliflor, Patata y Zanahoria. 12
Garbanzos Crujientes al Horno. 12

Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 430 Lip: 13,69 Prot: 11,46 HC: 64,84

28 Arroz con Tomate.
Potaje Tradicional (Garbanzos y Espinacas)

Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 717 Lip: 14,63 Prot: 23,36 HC: 129,67

Martes

15

Pasta Salteada 1-3T-6T-10T
Tortilla Francesa. 3
Ensalada de Lechuga 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Kcal: 566 Lip: 19,02 Prot: 17,64 HC: 82,42

22 Crema Suave de Calabaza y Zanahoria (ECO)
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 534 Lip: 18,48 Prot: 31,00 HC: 60,24

29 Crema de Verduras ECO. 12
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 611 Lip: 26,00 Prot: 16,10 HC: 79,38

Miércoles

9

Arroz con Tomate
Caballa en Aceite 4-6
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Kcal: 647 Lip: 18,50 Prot: 34,13 HC: 90,47

16 Crema de Verduras ECO. 12
Abadejo al Horno. 4
Ensalada de Lechuga y Cebolla 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada



Kcal: 480 Lip: 15,02 Prot: 29,15 HC: 57,56

23 Fideuá de Verduras. 1-3T-6T-10T
Abadejo a la Provenzal. 4
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Kcal: 639 Lip: 17,63 Prot: 34,14 HC: 87,04

30 Macarrones Integrales con Salsa Suave de Verduras 1-3T-6T-10T
Caballa en Aceite 4-6
Ensalada de Lechuga y Cebolla 12
Pan y Agua 1-6-10T
Fruta de Temporada

Kcal: 628 Lip: 19,29 Prot: 36,51 HC: 76,19

Jueves

10

Crema de Zanahoria ECO.
Magro de Cerdo con Tomate.
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 538 Lip: 21,54 Prot: 30,99 HC: 53,88

17 Judías Pintas Estofadas.
Pollo Asado
Patatas Panadera.
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 661 Lip: 19,56 Prot: 42,57 HC: 78,93

24 Lentejas Castellanas. 1T
Tortilla de Patata con Cebolla. 3
Ensalada de Lechuga 12
Pan Integral y Agua 1-6-10T
Macedonia de Fruta Casera

Kcal: 760 Lip: 27,29 Prot: 28,31 HC: 99,63

Viernes

11

Espaguetis integrales al Ajillo 1-3T-6T-10T
Tortilla Francesa con Atún. 3-4
Ensalada de Lechuga 12
Pan y Agua 1-6-10T
Yogur de Soja 6-8T

Kcal: 514,12 Lip: 21,09 Prot: 20,87 HC: 56,91



18 Arroz Meloso con Verduritas.
Palometa con Tomate. 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Maíz 12
Pan y Agua 1-6-10T
Yogur de Soja 6-8T

Kcal: 663,83 Lip: 22,84 Prot: 37,97 HC: 77,56

25 Patatas a la Riojana. 6T-12T
Merluza a la Gallega. 2T-4-14T
Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12
Pan y Agua 1-6-10T
Yogur de Soja 6-8T

Kcal: 548,06 Lip: 26,52 Prot: 28,49 HC: 47,36

ALÉRGENOS

1-Gluten
2-Crustáceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

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.