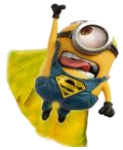
ESCUELA INFANTIL RAYUELA- ENERO 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
		VUELTA AL COLE		
8	**9**	**10**	**11**	**12**
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Sepia rebozada c/ens. maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Lacón con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
kcal 453 Líp 10,4 Prot 18,8 HdC 71	kcal 457 Líp 25,4 Prot 22,4 HdC 35	kcal 400 Líp 13,0 Prot 13,6 HdC 57	kcal 491 Líp 17,4 Prot 19,7 HdC 64	kcal 460 Líp 12,8 Prot 55,7 HdC 31
15	**16**	**17**	**18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN**	**19**
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Flamenquín con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Patatas guisadas a la Riojana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, chorizo) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
kcal 384 Líp 22,0 Prot 23,3 HdC 23	kcal 387 Líp 12,6 Prot 19,6 HdC 49	kcal 386 Líp 11,4 Prot 18,5 HdC 53	kcal 457,31875 Líp 12,9 Prot 23,5 HdC 62	kcal 455,425 Líp 17,1 Prot 34,9 HdC 40
22	**23**	**24**	**25**	**26**
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,3,4) Postre **lácteo (7)**
kcal 387 Líp 12,1 Prot 21,9 HdC 48	kcal 297 Líp 9,3 Prot 19,9 HdC 33	kcal 408 Líp 9,6 Prot 17,9 HdC 63	kcal 491 Líp 17,4 Prot 19,7 HdC 64	kcal 438,525 Líp 20,9 Prot 9,5 HdC 53
29	**30**	**31**		
Espaguetis Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(1,3,6,7,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Huevos villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Lomo de cerdo a la naranja con puré de patata (7,12) Fruta de temporada y pan integral		
kcal 459 Líp 15,3 Prot 29,6 HdC 51	kcal 412 Líp 12,3 Prot 13,1 HdC 62	kcal 336 Líp 11,9 Prot 19,3 HdC 38		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

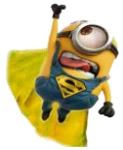
grupo_servicatering

ayre

ESCUELA INFANTIL RAYUELA- ENERO 2024

Menú sin carne

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
		VUELTA AL COLE		
8	9	10	11	12
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Sepia rebozada c/ens. maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita Merluza al horno con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (4,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de caldo de verduras con fideos **ECO** (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria (sin carne)(12) Fruta de temporada	Arroz 2 delicias (zanahoria, maíz) Bacalao al horno con ensalada (4) Postre **lácteo (7)**
15	16	17	18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN	19
Judías verdes rehogadas con ajito Merluza al horno c/patatas a las finas hierbas (4,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz (3) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Merluza al horno (4) con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
22	23	24	25	26
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Bacalao al horno con patatas dado (4,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de caldo de verduras con fideos **ECO** (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria (sin carne)(12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,3,4) Postre **lácteo (7)**
29	30	31		
Espaguetis Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(1,3,6,7,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Huevos villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Filete de merluza al horno con puré de patata (4,7,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

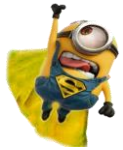
grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

ESCUELA INFANTIL RAYUELA- ENERO 2024

Menú sin carne de cerdo ni ternera

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
		VUELTA AL COLE		
8	9	10	11	12
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Sepia rebozada c/ens. maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Merluza al horno con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (4,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave (sin carne de cerdo ni ternera)(12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
15	16	17	18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN	19
Judías verdes rehogadas con ajito Merluza al horno c/patatas a las finas hierbas (4,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
22	23	24	25	26
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave (sin carne de cerdo ni ternera)(12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,3,4) Postre **lácteo (7)**
29	30	31		
Espaguetis Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(1,3,6,7,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Huevos villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Filete de pollo a la naranja con puré de patata (7,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

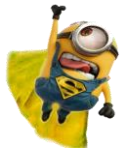
grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

ESCUELA INFANTIL RAYUELA- ENERO 2024

Menú sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
		VUELTA AL COLE		
8	9	10	11	12
Macarrones (esp.sin alergenos) con salsa de tomate casera Merluza al horno c/ens. maíz y zanahoria (4) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Salchichas de pavo c/ens. Lechuga y tomate (6) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Lacón con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
15	16	17	18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN	19
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Cinta de lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	Sopa de caldo de ave y pollo (esp.sin alergenos) Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas a la Riojana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, chorizo) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
22	23	24	25	26
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Lacón al horno con ensalada de lechuga Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,sin pasar por huevo,4) Postre **lácteo (7)**
29	30	31		
Espaguetis (esp.sin alergenos) Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(7) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Lomo de cerdo a la naranja con puré de patata (7,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

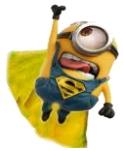
grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

ESCUELA INFANTIL RAYUELA- ENERO 2024

Menú sin huevo ni proteína de la leche

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
		VUELTA AL COLE		
8	9	10	11	12
Macarrones (esp.sin alergenos) con salsa de tomate casera Merluza al horno c/ens. maíz y zanahoria (4) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Salchichas de pavo c/ens. Lechuga y tomate (6) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Lacón con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **de soja (6)**
15	16	17	18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN	19
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **bebida de soja (6)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Cinta de lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	Sopa de caldo de ave y pollo (esp.sin alergenos) Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas a la Riojana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, chorizo) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **de soja (6)**
22	23	24	25	26
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Lacón al horno con ensalada de lechuga Fruta y **bebida de soja (6)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,sin pasar por huevo,4) Postre **de soja (6)**
29	30	31		
Espaguetis salteados con ajito y perejil (esp.sin alergenos) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **bebida de soja (6)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Lomo de cerdo a la naranja con puré de patata (caldo de verduras,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

CEIP RAYUELA – ENERO 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5

8	9	10	11	12
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Sepia rebozada c/ens. maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Lacón con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
kcal 725 Líp 16,6 Prot 30,1 HdC 114	kcal 640 Líp 20,7 Prot 21,7 HdC 92	kcal 731 Líp 40,6 Prot 35,8 HdC 56	kcal 785 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 736 Líp 20,5 Prot 89,1 HdC 49

15 - Día Mundial del Helado de fresa	16	17	18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN	19- Día de las Palomitas de maíz
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Flamenquín con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Patatas guisadas a la Riojana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, chorizo) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
kcal 615 Líp 35,3 Prot 37,3 HdC 37	kcal 619 Líp 20,1 Prot 31,4 HdC 78	kcal 618 Líp 18,2 Prot 29,5 HdC 84	kcal 731,71 Líp 20,7 Prot 37,7 HdC 99	kcal 728,68 Líp 27,4 Prot 55,8 HdC 65

22	23	24 - Día Internacional de la Educación	25	26 - Día Mundial de la Educación Ambiental
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,3,4) Postre **lácteo (7)**
kcal 620 Líp 19,3 Prot 35,0 HdC 76	kcal 475 Líp 14,8 Prot 31,8 HdC 53	kcal 653 Líp 15,3 Prot 28,6 HdC 100	kcal 785 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 701,64 Líp 33,5 Prot 15,2 HdC 85

29	30 - Día del Croissant	31 - Día Internacional de la Cebra
Espaguetis Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(1,3,6,7,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Huevos villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Lomo de cerdo a la naranja con puré de patata (7,12) Fruta de temporada y pan integral
kcal 734 Líp 24,5 Prot 47,3 HdC 81	kcal 660 Líp 19,8 Prot 21,0 HdC 99	kcal 538 Líp 19,0 Prot 30,9 HdC 61

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

grupo_servicatering

ayre

CEIP RAYUELA – ENERO 2024

Menú sin carne de cerdo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
			VUELTA AL COLE	
8	**9**	**10**	**11**	**12**
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Sepia rebozada c/ens. maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita y fiambre de pavo Merluza al horno con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (4,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave (sin carne de cerdo)(12) Fruta de temporada	Arroz 3 delicias (zanahoria, fiambre de pavo, maíz) (6) Muslitos de pollo al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
15 - Día Mundial del Helado de fresa	**16**	**17**	**18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN**	**19- Día de las Palomitas de maíz**
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Abadejo a la Andaluza con ensalada de tomate, AOVE y orégano (1,4) Postre **lácteo (7)**
22	**23**	**24 - Día Internacional de la Educación**	**25**	**26 - Día Mundial de la Educación Ambiental**
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, zanahoria, ave (sin carne de cerdo)(12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Empanada casera de caballa y pisto (berenjena, tomate y pimientos) al horno con ensalada (1,3,4) Postre **lácteo (7)**
29	**30 - Día del Croissant**	**31 - Día Internacional de la Cebra**		
Espaguetis Cacio e Pepe (con queso y pimienta negra)(1,3,6,7,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Huevos villarroy con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Filete de pollo a la naranja con puré de patata (7,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

CEIP RAYUELA – ENERO 2024

Menú hipocalórico

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
VUELTA AL COLE				
8	9	10	11	12
Macarrones (1,3,6,10) con salsa de tomate casera Merluza al horno c/ens. maíz y zanahoria (4) Fruta en su jugo (piña o melocotón)	Lentejas **ECO** estofadas patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla de atún claro c/ens. Lechuga y tomate (3,4) Fruta de temporada	Guisantes salteados con cebollita Lacón con patatas a la Gallega (al horno con refrito de ajo y pimentón) (12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)(desgrasada) Complemento del cocido: garbanzos, zanahoria, ave (no chorizo) (12) Fruta de temporada	Arroz 2 delicias (zanahoria, maíz) Muslitos de pollo sin piel al horno con ensalada Postre **lácteo (7)**
15 - Día Mundial del Helado de fresa	**16**	**17**	**18 - JORNADA GASTRONÓMICA DE JAÉN**	**19- Día de las Palomitas de maíz**
Judías verdes rehogadas con ajito Albóndigas de ternera en salsa (zanahoria, puerro, tomate, caldo de verduras) c/patatas vapor a las finas hierbas (1,6,12) Fruta y **leche (7)**	Arroz a banda (4)(caldo de pescado, cebolla, tomate, puerro, ajo) Filete de bacalao al horno (4) con pisto (tomate, pimiento, cebolla) Fruta de temporada	Judías blancas **ECO** estofadas con patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz (3,6) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de boladillos (caldo de ave, pollo y huevo) (1,3,6,10) Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate, pimiento y cebolla picados Fruta de temporada	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Abadejo al horno con ensalada de tomate, AOVE y orégano (4) Postre **lácteo (7)**
22	**23**	**24 - Día Internacional de la Educación**	**25**	**26 - Día Mundial de la Educación Ambiental**
Lentejas **ECO** campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3) Fruta y **leche (7)**	Brócoli rehogado con ajitos Ragout de pavo en salsa con patatas vapor (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Merluza al ajillo suave c/maíz y zanahoria (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)(desgrasada) Complemento del cocido: garbanzos, zanahoria, ave (no chorizo) (12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Filete de caballa al horno con pisto (berenjena, tomate y pimientos) (4) Postre **lácteo (7)**
29	**30 - Día del Croissant**	**31 - Día Internacional de la Cebra**		
Espaguetis salteados con ajito y perejil (1,3,6,10) Salmón al horno con ensalada aderezada con chimichurri (ajo, orégano, pimentón, vinagre, perejil, AOVE) (4) Fruta y **leche (7)**	Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz (3) Fruta de temporada	Menestra de verdura rehogada con tomate Lomo de cerdo a la naranja con puré de patata (caldo de verduras,12) Fruta de temporada y pan integral		

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos Integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

ESCUELA INFANTIL
ENERO 2024

LUNES	1	**FESTIVO**
MARTES	2	**VACACIONES**
MIÉRCOLES	3	**VACACIONES**
JUEVES	4	**VACACIONES**
VIERNES	5	**VACACIONES**
LUNES	8	Puré de verduras, hortalizas y ternera
MARTES	9	Puré de verduras, hortalizas y pescado
MIÉRCOLES	10	Puré de verduras, hortalizas y pollo
JUEVES	11	Puré de verduras, hortalizas y pescado
VIERNES	12	Puré de verduras, hortalizas y pavo
LUNES	15	Puré de verduras, hortalizas y ternera
MARTES	16	Puré de verduras, hortalizas y pescado
MIÉRCOLES	17	Puré de verduras, hortalizas y pollo
JUEVES	18	Puré de verduras, hortalizas y pescado
VIERNES	19	Puré de verduras, hortalizas y pavo
LUNES	22	Puré de verduras, hortalizas y ternera
MARTES	23	Puré de verduras, hortalizas y pescado
MIÉRCOLES	24	Puré de verduras, hortalizas y pollo
JUEVES	25	Puré de verduras, hortalizas y pescado
VIERNES	26	Puré de verduras, hortalizas y pavo
LUNES	29	Puré de verduras, hortalizas y ternera
MARTES	30	Puré de verduras, hortalizas y pescado
MIÉRCOLES	31	Puré de verduras, hortalizas y pollo

Valoración nutricional por 100 g de producto	Kcal	Proteínas (g)	Lipidos (g)	HdeC (g)
Puré de verduras, hortalizas y pescado	87.77	2.99	1.69	15.14
Puré de verduras, hortalizas y pavo	96.91	4.06	2.24	15.14
Puré de verduras, hortalizas y pollo	90.26	3.24	1.86	15.14
Puré de verduras, hortalizas y ternera	88.10	3.12	1.67	15.14

Valoración nutricional por ración	Kcal	Proteínas (g)	Lipidos (g)	HdeC (g)
Puré de verduras, hortalizas y pescado	323.37	11.03	6.24	55.79
Puré de verduras, hortalizas y pavo	357.05	14.95	8.24	55.79
Puré de verduras, hortalizas y pollo	332.53	11.95	6.84	55.79
Puré de verduras, hortalizas y ternera	324.58	11.50	6.16	55.79

ccservicatering@gruposervicatering.com
Pol. Ind Neinor M-50 Sur- Edif. 2- Naves 16/17/18- 28914 Leganés (Madrid)

Puré de verduras, hortalizas y pescado
Patatas, judías verdes redondas, zanahoria, calabacín, puerros, filete de **merluza**, agua y aceite de oliva.

Puré de verduras, hortalizas y pollo
Patatas, judías verdes redondas, zanahoria, calabacín, puerros, ragout de pollo troceado, agua y aceite de oliva.

Puré de verduras, hortalizas y ternera
Patatas, judías verdes redondas, zanahoria, calabacín, puerros, ragout de ternera troceado, agua y aceite de oliva.

Puré de verduras, hortalizas y pavo
Patatas, judías verdes redondas, zanahoria, calabacín, puerros, ragout de pavo troceado, agua y aceite de oliva.

En cumplimiento del Reglamento (UE) **1169/2011 /RD 126/2015** relativo a la información alimentaria facilitada al consumidor (Reglamento IAC), Central de Catering, Servicatering S.L, describe los ingredientes que constituyen los platos, indicando en negrita y mediante icono, la presencia de alguno de los 14 alergenos de declaración obligatoria según el mencionado Reglamento.

ccservicatering@gruposervicatering.com
Pol. Ind Neinor M-50 Sur- Edif. 2- Naves 16/17/18- 28914 Leganés (Madrid)